

bhagavan ramana maharshi

Exista oare alta cale de a-ti adora Invatatorul, în afara de a fi neclintit asemenea Lui?

Scripturile ne spun ca a merge pe urmele unui întelept, este tot atît de dificil, precum încercarea de a trasa o linie, însemnînd directia pe care o capata o pasare în aer în timp ce zboara. Majoritatea oamenilor se vor multumi cu o calatorie înceata si greoaie catre tinta. Dar unii se nasc adeptii unui zbor neîntrerupt catre caminul comun tuturor fiintelor - Supremul Sine. Majoritatea omenirii capata curaj atunci cînd apare un asemenea sfînt. Un om obisnuit, ce nu-si poate pastra pacea permanent, simte o înnobilare sufleteasca în prezenta unui întelept si obtine o mostra de fericire, cu care facînd comparatie, placerile acestei lumi devin egale cu zero. Nenumaratii oameni ce au mers catre Tiruvannamalai în timpul vietii lui Sri Ramana Maharshi, au avut aceasta experienta. Ei au vazut în El un întelept neatins de cupiditate, un sfînt de o puritate unica, un marturisitor al eternului adevar din Vedanta. Nu se întîmpla prea des ca un Geniu al Spiritului de însemnatatea lui Bhagavan Ramana Maharshi, sa viziteze acest pamînt. Dar cînd un astfel de eveniment are loc, întreaga umanitate beneficiaza si o noua era a sperantei se deschide înaintea ei.
Pentru a-L întelege pe Sri Ramana Maharshi sunt improprii dogmatismul, fanatismul, tirania convertirii si, în egala masura, eruditia. Ideala ramîne doar receptivitatea constiintei!

1. Cine sunt eu?

Nu sunt corpul fizic, care este alcatuit din cele sapte umori (dhatus).

Nu sunt cele cinci organe de simt - aspectele mentale ale organelor fizice: urechi, piele, ochi, limba si nas care îsi au fiecare obiectele lor specifice - esentele subtile: sunet, atingere, culoare (forma), gust si miros, respectiv; nu sunt cele cinci organe de actiune - corespondentul subtil, launtric al organelor fizice: coardele vocale, mâini, picioare, sex si anus, care îndeplinesc functiile specifice de vorbire, apucare, locomotie, procreatie-creare a placerii erotice si excretie.

Nu sunt cele cinci sufluri vitale: *prana, apana, samana, udana, vyana,* care realizeaza functiile specifice de inspiratie (asimilare), excretie, digestie, vorbire si circulatie a sângelui si a fluidelor vitale.

Nu sunt nici chiar mintea care gândeste; si de asemenea, nici necunoasterea care este înzestrata numai cu impresiile reziduale ale obiectelor si în care nu exista nici obiecte si

nici functii.

2. Daca nu sunt nimic din toate acestea, atunci cine sunt eu?

Dupa negarea si transcenderea tuturor lucrurilor mentionate mai înainte, ca ne fiind eu-însumi (*neti, neti*), numai acea Constiinta care ramâne singura, aceasta sunt eu.

3. Care este natura Constiintei Supreme?

Natura Constiintei Supreme este pura existenta - pura constiinta - pura beatitudine (Sat - Chit - Ananda).

4. Când va fi obtinuta Realizarea Sinelui-Esenta?

Când lumea vizibila va fi transcensa, atunci va fi realizat Sinele-Esenta, care este vazatorul, constiinta martor.

5. Nu poate avea loc revelarea Sinelui chiar daca lumea vizibila nu este transcensa, fiind considerata în continuare drept reala?

Nu, nu se poate.

6. De ce?

Vazatorul si obiectul vazut sunt precum frânghia si sarpele, atunci când în întuneric confundam înspaimântati frânghia cu un sarpe veninos. Întocmai cum cunoasterea frânghiei, care este substratul real al experientei, nu survine pâna când falsa cunoastere a sarpelui iluzoriu nu dispare, tot astfel Realizare Sinelui, care este substratul esential al fiintei, nu se va produce pâna când nu este îndepartata convingerea ca lumea vizibila este reala.

7. Când va fi transcensa lumea (care reprezinta de fapt obiectul vazut) ?

Atunci când mintea, care este cauza tuturor perceptiilor si actiunilor, devine linistita si imobila, lumea este transcensa.

8. Care este natura mintii?

Ceea ce este numit "minte" este o uimitoare putere ce rezida în Sinele Suprem. Aceasta provoaca aparitia oricarui gând. Fara gânduri nu exista minte. Astfel, gândul este natura mintii. Fara gânduri nu exista nici o entitate independenta numita "lume". În starea de somn profund fara vise nu exista gânduri si nu exista nici lumea exterioara pentru subiect. În starea de veghe si în starea de vis exista gânduri si de asemenea exista si o lume exterioara. Exact asa cum paianjenul îsi întinde pânza, scotând-o din el însusi si si-o

retrage apoi în el însusi, tot asa si mintea proiecteaza lumea în afara sa si o resoarbe apoi din nou în ea însasi. Când mintea iese din interiorul Sinelui, se naste lumea exterioara. Prin urmare, când lumea exterioara ne apare ca fiind reala, Sinele Suprem nu mai este vazut. Iar când Sinele straluceste în constiinta noastra, lumea exterioara dispare. Când cineva îsi pune cu perseverenta întrebari despre natura mintii, mintea ca un reziduu, va sfârsi prin a parasi Sinele.

Ceea ce noi numim Sine este de fapt *Atman*. Mintea exista întotdeauna doar depinzând de ceva grosier; ea nu poate exista singura. Mintea formeaza este ceea ce numim corpul subtil sau (*jiva*).

9. În ce fel trebuie sa ne punem întrebari pentru a întelege natura mintii?

Ceea ce apare în acest corp ca fiind "eu-l" (ego-ul) este mintea. Daca cineva se întreaba unde apare prima data în corp ideea de "Eu" va descoperi ca ea apare în Inima. Acesta este locul de origine al mintii. Chiar si daca cineva gândeste constant "Eu", "Eu", va fi condus catre acel loc. Din toate gândurile care apar în minte, gândul "Eu-lui" este primul. Numai dupa aparitia primului pronume personal, cel de-al doilea si al treilea pronume personal pot sa apara. Fara primul pronume personal nu pot exista al doilea si al treilea.

10. Cum va putea deveni mintea linistita?

Prin întrebarea "Cine sunt eu?", gândul "Cine sunt eu?" va distruge toate celelalte gânduri si precum batul folosit pentru a aprinde un rug de foc, el însusi în final va fi distrus. Atunci va înflori Realizarea de Sine.

11. Ce rost are pastrarea în permanenta în minte a gândului "Cine sunt eu" ?

Când alte gânduri apar, ele nu trebuie urmate ci trebuie sa ne întrebam "Cui îi apar aceste gânduri?". Nu are importanta câte gânduri apar. De fiecare data când un gând apare trebuie sa ne întrebam cu seriozitate "Cui i-a aparut acest gând?". Raspunsul care va veni va fi "Mie". Apoi daca se pune întrebarea "Cine sunt eu?", mintea se va întoarce la sursa sa, iar gândul care a aparut se va linisti. Printr-o practica repetata realizata în aceasta maniera, mintea îsi va dezvolta capacitatea de a ramâne permanent cufundata în propria sa sursa. Când mintea, care este de natura subtila se exteriorizeaza prin intermediul creierului si a organelor de simt, apar numele grosiere si formele. Când ea ramâne în Inima, numele si formele dispar. A nu lasa mintea sa se exteriorizeze si a o pastra interiorizata în Inima, este ceea ce se numeste interiorizare (Antar-Mukha). A lasa mintea sa mearga în afara Inimii este cunoscut ca fiind exteriorizare (Bahir-Mukha). Astfel, când mintea sta în Inima, "eu-l" (ego-ul) care este sursa tuturor gândurilor va fi eliminat si Sinele care exista de-a pururi va straluci. Orice ar face un asemenea om, el nu va fi impulsionat de ideea egotica de "Eu". Daca cineva actioneaza în acest fel, toate îi vor apare ca fiind de natura lui Shiva.

12. Mai exista oare si alte metode pentru a linisti mintea?

Alte metode decât acest fel de a ne întreba nu reprezinta metode adecvate. Daca prin intermediul altor metode se va încerca un control al mintii, mintea ne va parea ca este controlata, dar va continua sa existe si mai departe. Prin controlul respiratiei, de asemenea, mintea va deveni linistita. Dar ea va fi linistita doar atât timp cât respiratia ramâne controlata. Când respiratia va fi reluata, mintea de asemenea va reîncepe sa se miste si va hoinari, împinsa fiind de impresiile reziduale care se afla în ea.

Sursa este aceeasi atât pentru minte cât si pentru respiratie. Într-adevar, gândul este natura reala a mintii. Gândul de "Eu" este primul gând din minte si cu el apare ego-ul. Acolo de unde ego-ul îsi trage originea, respiratia de asemenea îsi trage originea. Deci când mintea devine linistita, respiratia este controlata si când respiratia este controlata, mintea devine linistita. Dar în starea de somn profund fara vise, desi mintea devine linistita, respiratia nu se opreste. Aceasta se întâmpla datorita vointei lui Dumnezeu, pentru a putea fi pastrat corpul fizic si pentru ca ceilalti oameni sa nu traiasca cu impresia ca fiinta a murit. În starea de veghe si în *samadhi*, atunci când mintea devine linistita, respiratia este controlata. Respiratia este forma grosiera a mintii. Pâna în momentul mortii, mintea pastreaza respiratia în corp; când corpul moare, mintea îsi ia si respiratia odata cu plecarea ei. Deci exercitiul de control al respiratiei este doar un sprijin pentru a face mintea sa devina linistita; acest exercitiu nu va distruge mintea. Întocmai precum practica controlului respiratiei, meditatia facuta pe formele lui Dumnezeu, repetarea de *mantre*, postul alimentar, etc. nu sunt decât ajutoare pentru a face mintea linistita. Prin intermediul meditatiei asupra formelor lui Dumnezeu si prin repetarea de *mantre*, mintea devine focalizata. De obicei, mintea hoinareste în permanenta. Dupa cum atunci când unui elefant îi este data o frânghie pe care sa o apuce cu trompa el va începe sa mearga dupa noi tinându-se de frânghie si de nimic altceva, tot astfel, când mintea este ocupata cu un nume sau cu o forma ea se va "apuca" doar de aceasta. Când mintea se diversifica sub forma nenumaratelor gânduri, fiecare gând devine lipsit de forta; când însa gândurile se dizolva, mintea devine focalizata si puternica. Pentru o asemenea minte, cautarea Sinelui prin intermediul întrebarii "Cine sunt eu?" devine usoara. Dintre toate regulile restrictive ce ajuta la linistirea mintii, cea în legatura cu consumarea în exclusivitate a hranei *sattvice* în cantitati moderate este cea mai importanta. Respectând aceasta regula, calitatea *sattvica* a mintii va creste si acest lucru va fi foarte util în cautarea Sinelui prin intermediul întrebarii "Cine sunt eu?".

13. Impresiile reziduale (gândurile) despre obiecte apar fara sfârsit, precum valurile unui ocean. Când vor fi eliminate toate aceste gânduri?

Pe masura ce meditatia asupra Sinelui ajunge la nivele din ce în ce mai înalte, gândurile vor fi treptat distruse.

14. Este posibil ca aceste impresii reziduale ale obiectelor, care provin chiar din alte existente, dintr-un timp fara început, sa fie dizolvate astfel încât fiinta sa ramâna cufundata în puritatea Sinelui?

Fara a-ti mai pune problema daca "Este posibil sau nu?" trebuie sa te pastrezi cu perseverenta într-o stare de meditatie asupra Sinelui. Chiar daca cineva este un mare pacatos, el nu va trebui sa se îngrijoreze plângându-se "Vai, sunt un pacatos, cum as putea atinge eu eliberarea?"; el va trebui sa renunte complet la gândul "Sunt un pacatos" si sa se daruiasca cu fervoare în meditatia asupra Sinelui. Cu siguranta, astfel va reusi sa atinga Realizarea Ultima. Nu exista doua minti - una buna si una rea. Impresiile reziduale sunt de doua feluri - pozitive si negative. Când mintea este sub influenta impresiilor pozitive este numita buna, iar când este sub influenta impresiilor negative este considerata rea.

Nu va trebui sa-i permitem mintii sa se îndrepte catre obiectele lumesti si catre lucrurile care îi preocupa pe oamenii ignoranti. Oricât de rau ar fi omul de lânga tine, nu trebuie sa îndrepti ura asupra lui. Atractia posesiva si ura vor trebui sa fie amândoua evitate. Tot ceea ce o fiinta da celorlalti, ea da Sinelui sau Suprem. Daca acest adevar este înteles, cine va mai putea sa nu daruiasca totul celorlalti? Când Sinele se dezvaluie, totul se dezvaluie; când mintea devine linistita totul devine linistit. Pe masura ce ne purtam cu mai multa umilinta, vom putea genera din ce în ce mai mult bine. Daca mintea devine tacuta putem trai fericiti oriunde.

15. Cât timp va trebui practicata introspectia, calea de evolutie spirituala prin întrebarea "Cine sunt eu"?

Atât timp cât în minte se mai pastreaza impresii ale obiectelor exterioare sau interioare, întrebarea "Cine sunt eu?" este necesara. Pe masura ce gândurile rasar, ele vor fi distruse imediat, chiar în locul lor de origine, prin intermediul acestei întrebari. Daca ne pastram în contemplarea Sinelui neîntrerupt pâna ce Sinele a fost recunoscut, doar atunci putem renunta la aceasta întrebare. Atâta timp cât mai exista dusmani în interiorul fortaretei, ei vor continua sa atace fortareata, dar daca ei sunt distrusi imediat ce apar, fortareata va fi în totalitate sub stapânirea noastra.

16. Care este natura Sinelui?

Ceea ce exista cu adevarat este doar Sinele. Lumea si sufletul individual apar în acest Sine (precum sideful în scoica ce va naste o perla); lumea si sufletul individual apar si dispar în acelasi timp. Sinele este acolo unde în mod absolut nu exista nici un gând despre "Eu". Acesta (Sinele) este numit (Tacere). Sinele însusi este lumea, Sinele însusi este "Eu-l", Sinele însusi este Dumnezeu; totul este Shiva, totul este Sine.

17. Nu este totul lucrarea lui Dumnezeu?

Fara dorinta sau efort, soarele rasare; si numai în prezenta acestuia, pietrele pretioase stralucesc, lotusul înfloreste si apa se evapora; oamenii îsi realizeaza diferitele lor activitati si apoi se odihnesc. Precum pilitura de fier se misca si se ordoneaza în prezenta magnetului, doar în virtutea prezentei lui Dumnezeu, sufletele guvernate de cele trei functii cosmice sau de încincita activitate divina îsi realizeaza actiunile si apoi se

odihnesc, în concordanta cu *karma* proprie. Dumnezeu nu impune; nici o *karma* nu Îl poate atinge. Este la fel cum actiunile lumesti nu afecteaza soarele sau precum activitatea celorlalte patru elemente (pamânt, apa foc, aer) nu afecteaza eterul atotcuprinzator.

18. Dintre toti cei ce se daruiesc prin devotiune lui Dumnezeu cine este cel mai de admirat?

Cel care este daruit Sinelui care cu adevarat este Dumnezeu, este cel mai devotat lui Dumnezeu. A te darui lui Dumnezeu înseamna a ramâne mereu cufundat în Sine fara a lasa sa apara nici un alt gând în afara de gândul fata de Sine. Oricâte probleme i-am lasa lui Dumnezeu, El le suporta pe toate. Din moment ce puterea Suprema a lui Dumnezeu face toate lucrurile sa se miste, de ce oare noi, fara a ne supune Lui, ne preocupam în mod constant de gânduri de genul "ce ar trebui facut si cum si ce nu ar trebui sa facem si cum sa nu facem?". stim ca un tren cara toate bagajele, asa ca, dupa ce ne-am urcat în el, de ce ar mai fi necesar în continuare sa ne caram pe cap cu efort micul nostru bagaj, în loc sa îl punem jos în tren si sa ne simtim astfel usurati?

19. Ce este nonatasamentul?

A distruge gândul în momentul în care acesta apare, fara ezitare, fara a mai lasa vreun reziduu, chiar în locul în care gândul îsi are originea, aceasta înseamna nonatasament. La fel cum un cautator de perle îsi agata la brâu o greutate si se scufunda pâna pe fundul marii si de acolo aduna perle, tot astfel fiecare dintre noi trebuie sa fie înzestrat cu nobila calitate a nonatasamentului pentru a se cufunda astfel în interiorul sau de unde sa obtina Perla Sinelui.

20. Este posibil pentru Guru sa realizeze prin propria sa vointa eliberarea unui discipol?

Guru nu va face decât sa arate calea catre eliberare; el nu va aduce prin el însusi un suflet la starea de eliberare.

Într-adevar, Dumnezeu si *Guru* nu sunt diferiti. La fel cum prada cazuta în ghearele tigrului nu are nici o scapare, tot astfel cei care intra în sfera privirii pline de gratie a unui *Guru* vor fi eliberati cu ajutorul *Guru-lui* si nu se vor mai rataci; totusi fiecare va trebui sa-si urmeze prin propriul sau efort calea revelata de Dumnezeu sau *Guru* si sa atinga eliberarea. Nimeni nu se poate autocunoaste decât prin proprii sai ochi ai cunoasterii si nu cu ai altora. Cel care este *Rama* solicita oare ajutorul unei oglinzi pentru a sti ca el este *Rama*?

21. Este necesar pentru cel care cauta eliberarea sa cerceteze natura categoriilor fundamentale ale manifestarii?

La fel precum cel care vrea sa arunce gunoiul nu are nevoie sa îl analizeze si sa vada cum este, tot astfel cel care vrea sa cunoasca Sinele nu are nevoie sa tina cont de numarul de *tatve* sau sa le cerceteze caracteristicile; tot ceea ce trebuie sa faca este sa elimine

împreuna toate *tatvele* care îi ascund Sinele. Lumea trebuie sa fie considerata iluzorie precum un vis.

22. Exista vreo diferenta între starea de veghe si starea de vis?

Stare de veghe dureaza mai mult timp, iar visul este mai scurt; în afara de aceasta diferenta nu mai exista o alta. La fel cum starea de veghe pare a fi reala când suntem treji, tot astfel se întâmpla sa ni se para într-un vis atunci când visam. În vis mintea ia un alt corp. Atât în starea de veghe cât si în cea de somn gândurile, numele si formele apar simultan.

23. Pentru cei ce cauta eliberarea este util sa citeasca carti?

Toate textele sacre afirma ca pentru a atinge eliberarea trebuie ca mintea sa devina linistita; deci concluzia acestor învataturi este ca mintea va trebui facuta sa devina linistita; odata ce acest lucru a fost înteles nu mai este nevoie sa citim la nesfârsit. Pentru a linisti mintea nu trebuie decât sa cautam în interiorul nostru ceea ce este Sinele; cum ar putea fi facuta aceasta cautare citind carti? Trebuie sa ne cunoastem propriul Sine cu propriul ochi al întelepciunii. Sinele este în interiorul celor cinci învelisuri (corpul fizic, corpul eteric, corpul astral, corpul mental si corpul cauzal), în timp ce cartile sunt în afara lor. Deoarece Sinele trebuie cautat prin eliminarea celor cinci învelisuri (corpuri), este inutil sa-l cautam în carti. Vine un timp când fiecare trebuie sa uite tot ceea ce a învatat.

24. Ce este fericirea ?

Fericirea este însasi natura Sinelui; fericirea si Sinele nu sunt diferite. Nu exista fericire în obiectele lumii. Datorita ignorantei noastre ne imaginam ca primim fericire de la obiectele exterioare. Când mintea se îndreapta catre exterior noi nu experimentam decât suferinta. Într-adevar, când dorintele ei sunt împlinite, ea se reîntoarce în propriului ei loc si se bucura de fericirea ca este Sinele. Tot astfel, în starile de somn, *samadhi* si lesin (pierderea cunostintei) si când obiectul dorit este obtinut sau obiectul neplacut este eliminat, mintea devine orientata catre interior si se bucura de pura fericire a Sinelui. Astfel, mintea se misca fara odihna plecând de la Sine si întorcându-se catre aceasta în mod repetat. Sub copac, la umbra este placut, dar sub cerul liber caldura este insuportabila. O persoana care a calatorit prin arsita soarelui simte bucuria racorii când ajunge la umbra. Cel care continua sa mearga de la umbra la Soare si apoi iar la umbra si iar la Soare este un ignorant. Un întelept sta în permanenta la umbra. În mod similar, mintea celui care cunoaste adevarul ultim nu îl paraseste pe *Brahman* (Divinitatea). Mintea unui om ignorant din contra se îndreapta catre lume, sufera si apoi pentru o scurta perioada se întoarce catre *Brahman* pentru a experimenta fericirea. De fapt ceea ce este considerata a fi lumea, nu este decât gând. Când lumea dispare, adica atunci când nu exista gânduri, mintea traieste fericirea; când lumea apare mintea se îndreapta catre suferinta.

25. Ce este întelegerea (viziunea, patrunderea) întelepciunii (Jnana-Drsti)?

A ramâne linistit este ceea ce este numit *Jnana-Drsti*. A ramâne linistit înseamna a-ti stabili ferm mintea în Sine. Telepatia, cunoasterea întâmplarilor din trecut, prezent si viitor si clarviziunea nu constituie *Jnana-Drsti*.

26. Care este relatia dintre starea fara dorinte si întelepciune?

Starea fara dorinte este întelepciune. Cele doua nu sunt diferite, sunt unul si acelasi lucru. Starea fara dorinte înseamna a stapâni mintea, împiedicând-o sa se orienteze catre obiecte. Întelepciunea înseamna aparitia a ceea ce nu este obiect. Cu alte cuvinte, a nu cauta nimic altceva decât Sinele înseamna detasare sau stare fara dorinte; întelepciunea înseamna a nu parasi Sinele.

27. Care este diferenta dintre metoda autoanalizei (prin întrebarea "Cine sunt eu?") si meditatie ?

Metoda autoanalizei (prin întrebarea "Cine sunt eu?") consta în a-ti retrage mintea în Sine. Meditatia consta în a trai faptul ca Sinele este *Brahman*, pura existenta, pura constiinta, pura beatitudine.

28. Ce este eliberarea ?

A realiza o cautare profunda asupra naturii Sinelui care este ascuns în ignoranta si a-i întelege adevarata sa natura înseamna a atinge eliberarea.

tacere si singuratate

***Discipolul**:* Este bine sa faci legamantul tacerii? ***Maestrul**:* Tacerea interioara inseamna renuntarea la tine insuti. Adica vietuirea in afara egoului.

***Discipolul**:* Singuratatea este o necesitate pentru un *sanyasin*?

***Maestrul**:* Singuratatea se afla in inima omului. Poti trai in iuresul lumii si, cu toate acestea, sa-ti pastrezi o deplina serenitate a mintii, Aceasta inseamna ca traiesti in singuratate. Un altul traieste in padure, dar nu este in stare sa-si tina in frau mintea; nu se poate spune despre el ca traieste in singuratate.

Singuratatea este o atitudine mentala. Fiinta legata de lucrurile acestei lumi nu poate s-o obtina, indiferent unde s-ar afla; dar acela care este detasat de lume, traieste in singuratate, oriunde s-ar afla.

***Discipolul**:* Ce este *mauna*?

***Maestrul**: Mauna* este starea care transcende vorbirea si gandirea. Este meditatia in care nu exista activitate mentala. Ea consta in supunerea mintii. Meditatia profunda este o vorbire fara de sfarsit. Tacerea vorbeste neincetat, este un etern torent de "limbaj". Acesta se opreste atunci cand incepem sa vorbim, caci vorbele pun stavila acestui "limbaj" mut. Discursuri si conferinte pot sa-i captiveze pe oameni ore intregi, fara sa le fie de vreun folos. Tacerea insa este permanenta si face ca intreaga umanitate sa evolueze. Tacerea este insasi elocventa. indrumarile verbale nu sunt niciodata atat de elocvente ca tacerea. Ea insasi este o continua elocventa. Este cel mai bun limbaj. Exista o stare in care cuvintele inceteaza, facandu-i loc tacerii.

***Discipolul**:* Dar atunci, cum ne-am mai putea exprima gandurile pentru a comunica intre noi?

***Maestrul**:* Aceasta nu este o necesitate decat atunci cand exista simtul dualitatii.

***Discipolul**:* De ce nu merge *Bhagavan* sa propovaduiasca adevarul tuturor oamenilor de pe Pamant?

***Maestrul**:* De unde stii ca n-o fac? A propovadui inseamna a transmite Cunoasterea; aceasta nu se poate face cu adevarat decat in tacere. Ce-ai zice despre un om care asculta o predica timp de o ora si pleaca fara sa fi ajuns sa-si schimbe viata? Comparati-l cu acela care se aseza la picioarele unei Sfinte Prezente si duce cu sine, intorcandu-se acasa, un mod de a gandi cu totul nou. Ce este mai bine: sa predici cu glas tare dar fara efect, sau sa ramai tacut, revarsand razele fortei launtrice in jurul tau?

Gandeste-te si la originea vorbirii. La inceput este cunoasterea abstracta, din care purcede ego-ul. La randul sau, acesta zamisleste gandirea, iar gandirea da nastere cuvintelor. Prin urmare, cuvantul este stranepotul Izvorului originar. si daca el este atat de eficient, gandeste-te de cate ori trebuie sa fie mai puternica propovaduirea prin tacere! Dar oamenii nu inteleg acest adevar simplu si limpede, adevarul experientei lor de zi cu zi, vesnic, mereu prezent. Acest adevar este cel al Sinelui.

Exista oare cineva care sa nu aiba cunostinta de Sine? Dar oamenilor nu le place sa auda vorbindu-se despre acest adevar. Ei au nevoie de lumea de dincolo, de cer, de infern si de reincarnare. Pentru ca iubesc mai mult misterul decat Adevarul, religia le da ceea ce isi doresc, in speranta de a-i aduce in cele din urma in Sine; atunci de ce sa nu ne statornicim in El, chiar de acum, aici, in clipa aceasta? Pentru a fi martor altor lumi, sau pentru a face speculatii pe seama lor, Sinele este absolut necesar; Acestea nu sunt diferite de El. Chiar si atunci cand cel ignorant crede ca vede obiectele, el nu vede altceva decat Sinele.

disciplina mentala - pagina 1

Discipolul: Cum pot sa-mi disciplinez mintea?

Maestrul: Nici o minte nu trebuie disciplinata daca realizezi Sinele. Sinele straluceste atunci cand mentalul dispare. Indiferent daca mintea unui realizat este activa sau nu, doar Sinele exista (cu adevarat) pentru el, caci mintea, corpul si lumea nu sunt despartite de Sine. Ar putea oare toate acestea sa fie altceva decat Sinele? Atunci cand esti constient de aceasta, cand ai inteles acest adevar, pentru ce ti-ai mai face griji din pricina acestor umbre zadarnice? Cum ar mai putea ele sa afecteze Sinele?

Discipolul: Dar daca mentalul nu este decat o umbra, cum vom putea cunoaste Sinele?

Maestrul: Sinele este insasi Inima ce straluceste prin propria ei lumina. Iluminare vine din Inima si se indreapta spre creier, sediul mentalului. Noi privim lumea cu mintea, deci prin lumina reflectata a Sinelui. Lumea este perceputa printr-un act al mintii. Atunci cand mintea este iluminata, ea este constienta de lume; dar atunci cand mintea este in intuneric, nu este constienta de nimic. Daca iti indrepti mintea spre interior, catre izvorul iluminarii, cunoasterea obiectiva inceteaza si in Inima va straluci numai Sinele.

Luna straluceste pentru ca reflecta lumina soarelui. Atunci cand soarele asfinteste, luna ne ajuta sa distingem obiectele, datorita luminii pe care o reflecta. Dar atunci cand soarele rasare din nou, nimeni nu mai are nevoie de luna, al carei disc se vede totusi pe cer.

Mintea si Inima nu se pot compara. Mintea ne este de folos datorita luminii pe care o reflecta. O folosim pentru a vedea obiectele. Cand o intoarcem spre interior, ea se cufunda in Izvorul iluminarii, care straluceste prin el insusi. Atunci mintea este ca luna in timpul zilei. Cand este intuneric, ai nevoie de o lampa ca sa faci lumina. Dar atunci cand soarele a rasarit, orice lampa devine inutila, caci obiectele sunt vizibile. Pentru a vedea soarele nu ai nevoie de nici o lampa, ajunge numai sa-ti indrepti privirea spre astrul luminos al zilei.

Tot astfel, pentru a vedea obiectele, ai nevoie de lumina pe care o reflecta mintea. Pentru a vedea insa Inima, este de ajuns ca toata atentia sa se indrepte catre ea. Atunci mintea nu mai conteaza, si Inima va straluci in toata splendoarea, prin propria ei lumina.

Discipolul: Dupa ce am parasit *ashramul*, in octombrie, m-am simtit invaluit, timp de vreo zece zile, de aceasta pace care domneste in jurul Dumneavoastra. in fiecare clipa, chiar si in timpul celei mai intense activitati cotidiene, simteam in adancul meu aceasta pace in sanul unitatii; era ceva asemanator cu dedublarea constiintei, care apare atunci cand motai in timpul unei conferinte plicticoase. Apoi totul disparea si ma intorceam la obisnuitele fleacuri stupide. Munca nu ne lasa suficient timp pentru meditatie. Ajunge oare sa ma gandesc neincetat ca "Eu sunt" in timp ce muncesc?

Maestrul: (dupa un scurt moment de tacere): Daca iti intaresti spiritul, aceasta pace va continua fara incetare. Durata ei este proportionala cu forta mentala dobandita printr-o practica asidua. O minte astfel "imbaiata" ajunge repede in stare sa urmeze cursul raului. in acest caz, indiferent daca te afli sau nu in activitate, raul nu va fi nici deviat, nici

intrerupt. Nu munca este adevaratul obstacol, ci ideea ca tu esti cel care o face.

Discipolul: Trebuie sa facem meditatii special ca sa ne intarim mintea?

Maestrul: Nu, daca pastrati mereu in minte ideea ca nu este vorba de munca voastra personala. La inceput trebuie sa faceti eforturi ca sa fiti constienti de aceasta tot timpul, dar mai tarziu devine un lucru firesc si continuu. Atunci munca se va face de la sine si pacea launtrica isi va pastra intreaga puritate.

Meditatia este adevarata voastra natura.

Acum o numiti meditatie pentru ca sunteti distrati de alte ganduri. Dar atunci cand acestea sunt eliminate, ramaneti singuri - adica in starea de meditatie, eliberati de orice gand. Iar ceea ce incercati sa dobanditi prin eliminarea gandurilor este adevarata voastra natura. Aceasta inlaturare a gandurilor parazite, voi o numiti meditatie. Dar atunci cand practica ajunge sa se aseze pe baze solide, adevarata natura se manifesta in toata splendoarea, si descoperim ca aceasta este adevarata meditatie.

Discipolul: Cu cat incercam mai mult sa meditam, cu atat mai puternice devin gandurile parazite!

Maestrul: Da, tot felul de ganduri apar in timpul meditatiei. Este un lucru firesc, pentru ca tot ce este ascuns in voi iese atunci la lumina. Daca toate acestea n-ar fi aduse la suprafata, cum am mai putea sa le distrugem? Gandurile apar oarecum spontan, pentru ca, in cele din urma, sa dispara, intarind astfel mentalul.

Discipolul: Exista momente in care persoanele si lucrurile capata o forma vaga, transparenta, ca intr-un vis. Nu ne mai dam seama ca ele vin din afara; suntem constienti in mod pasiv de existenta lor, fara sa le mai raportam la noi insine. Atunci spiritul se scalda intr-o pace profunda. Oare in astfel de momente suntem pregatiti sa ne cufundam in Sine? Sau o astfel de stare e nesanatoasa, provenind dintr-un fel de auto hipnoza? E bine sa o intretinem datorita pacii temporare pe care o aduce?

Maestrul: Exista in noi o stare de constiinta asociata unei linisti launtrice; este exact starea in care trebuie sa ajungem. Dar faptul de a pune intrebari cu privire la aceasta fara a fi inteles ca e vorba despre Sine, arata ca starea experimentata nu e stabila, ci intamplatoare.

Verbul "a se cufunda" se potriveste atunci cand este vorba despre tendinte extrovertite. Mentalul trebuie dirijat si introvertit, in asa fel incat sa se cufunde la o adancime mai mare decat cea a aparentelor exterioare. Dar atunci cand pacea domneste ca o regina, fara sa umbreasca totusi constiinta, mai e oare nevoie sa ne cufundam? Atat timp cat nu intelegem ca e vorba despre Sine, efortul pentru a ajunge in aceasta stare se poate intr-adevar numi o "Scufundare". In acest sens putem folosi verbul "a se cufunda" in loc de "a

realiza". in aceasta lumina intrebarea pe care ati pus-o nu-si mai are rostul.

***Discipolul**:* Mintea mea continua sa aiba o preferinta pentru copii, poate din cauza ca forma unui copil este adeseori folosita pentru a personifica Idealul. Cum sa fac sa depasesc aceasta preferinta?

***Maestrul**:* Fixeaza-te asupra Sinelui. De ce sa te mai gandesti la copii si la reactiile tale fata de ei?

***Discipolul**:* Mi se pare ca a treia mea vizita la *Tiruvannamalai* mi-a intensificat simtul egoismului si m-a facut sa meditez mai greu. E intamplator sau ar fi mai bine sa evit astfel de locuri pe viitor?

***Maestrul**:* E imaginar. Acest loc, sau indiferent care altul, se afla in tine insuti. Trebuie sa pui capat unor astfel de scorneli; caci locurile, sa-ti fie clar, n-au nimic de-a face cu activitatile spirituale. Asta e valabil si pentru mediul tau inconjurator. Tu nu te afli in el ca urmare a unei alegeri personale. El apare in mod natural si iti este impus intr-o oarecare masura. Trebuie sa te ridici deasupra, fara sa te lasi prins in capcana lui. (Un baiat de opt ani si jumatate vine si se aseaza in camera unde se intalneau discipolii pe la ora cinci seara, pe cand *Bhagavan* era plecat pe Munte. Cat timp a lipsit el, baietelul a vorbit despre *Yoga* si despre *Vedanta* intr-o tamila pura, simplu si literar, cu numeroase citate din invataturile Sfintilor si din Scripturile Sacre. Atunci cand *Sri Bhagavan,* care lipsise vreo trei sferturi de ora, s-a intors, o liniste deplina domnea in incapere. Copilul a ramas douazeci de minute in prezenta lui *Sri Bhagavan* fara a scoate o vorba, dar si fara a-si mai lua privirea de la el. Apoi au inceput sa-i curga lacrimi din ochi. Le-a sters cu mana si a plecat la putin timp dupa aceea, spunand ca mai are inca de asteptat Realizarea Sinelui).

***Discipolul**:* Acest copil este extraordinar! Cum se explica aceasta?

***Maestrul**:* Caracteristicile ultimei sale vieti sunt foarte marcante la el. Dar oricat de puternica ar fi amprenta lor, ele nu se pot manifesta decat cand mintea este calma si impacata. Toata lumea stie ca atunci cand te straduiesti sa-ti trezesti memoria, te confrunti deseori cu un esec, in timp ce alte ori esti pur si simplu strafulgerat de amintiri daca mintea ramane linistita.

***Discipolul**:* Cum putem face ca mintea rebela sa devina calma si linistita?

***Maestrul**:* intoarceti-va la izvorul ei ca s-o faceti sa dispara, sau practicati o renuntare totala ca s-o infrangeti total. Acest sacrificiu este echivalentul Cunoasterii Sinelui. Ambele cai implica in mod necesar propria voastra disciplinare. Ego-ul nu se supune decat atunci cand recunoaste prezenta Puterii Supreme.

***Discipolul**:* Cum as putea sa scap din *Samsara*, ce pare a fi adevarata cauza a agitatiei noastre mentale? Renuntarea nu este oare un mijloc eficient pentru a obtine linistea spiritului?

Maestrul*:* *Samsara* nu exista decat in mintea voastra. Ati auzit vreodata ca lumea sa strige: "Iata-ma, sunt eu, lumea!"? Dac-ar fi asa i-am simti neincetat prezenta, chiar si in timpul somnului. Dar cum ea nu exista de fapt in timp ce dormim, inseamna ca nu e permanenta. Iar ceea ce nu e statornic n-ar putea avea nici un fel de substanta. Intrucat lumea n-are nici un fel de realitate in afara Sinelui, acestuia ii e usor sa o supuna. Doar Sinele e permanent. Renuntarea consta in a nu confunda Sinele cu non-Sinele. Indata ce ignoranta care face ca acestea sa para identice este distrusa, non-Eul inceteaza de a mai exista. Abia atunci apare adevarata renuntare.

Discipolul*:* Putem munci in lume in mod detasat chiar si in absenta unei astfel de renuntari?

Maestrul*:* Numai un *Atma-Jnani* poate fi un bun *Karma-Yoghin*.

Discipolul*:* *Bhagavan* condamna filosofia *Dvaita*?

Maestrul*:* *Dvaita* presupune confuzia intre Sine si non-Sine. *Advaita* inseamna non-identificarea acestora.

bhakti si jnana

Bhakti = Adorare sau devoţiune, o dăruire ardentă către un ideal spiritual.
Jnana = „Cunoaşterea" veritabilă - a experimenta în mod continuu că „Eu sunt Brahman", „totul este Sinele".

Discipolul*:* *Sri Bhagavata* ne-a învăţat o metodă pentru a-l găsi pe *Krishna* în adâncul Inimii noastre: aceea de a ne închina în fata a tot ceea ce exista si a privi totul ca fiind însusi Dumnezeu. Poate fi acesta drumul care sa duca la Realizarea Sinelui? Nu este mult mai usor sa-l adoram pe *Bhagavan* în tot ceea ce mintea noastra descopera în interiorul si în afara noastra, decât sa investigam supra mentalul prin întrebarea „Cine sunt eu?"

Maestrul*:* Vă gândiţi la Dumnezeu atunci când Îl vedeţi în tot ceea ce există? Cu siguranţă că vă gândiţi la El dacă îl vedeţi pretutindeni în jurul vostru. Păstrându-L pe Dumnezeu în inima voastră ajungeţi la *dhyana*; *dhyana* este etapa care precede Realizarea ultimă. Nu există decât o singură Realizare: aceea a Sinelui, în Sine. Ea nu poate să fie exterioară Sinelui, iar *dhyana* precede această Realizare. Este absolut lipsit de importanţă dacă practicaţi *dhyana* (meditaţia) asupra lui Dumnezeu sau asupra Sinelui, deoarece scopul ultim este acelaşi. În nici un fel nu puteţi scăpa de Sine. Dacă vreţi să-L vedeţi pe Dumnezeu în tot, nu Îl veţi vedea, de asemenea, şi în voi înşivă? Dacă totul este Dumnezeu, nu sunteţi şi voi incluşi în El? Voi înşivă sunteţi Dumnezeu. Este atât de surprinzător faptul că totul este Dumnezeu? Această metodă este indicată în *Sri Bhagavata* si în alte carti. Totodata însa, chiar si aceasta disciplina spirituala presupune existenta unui martor sau gânditor. Cine este acesta?

Discipolul: Cum poate fi văzut Dumnezeu imediat în toate lucrurile?

Maestrul: A-L vedea pe Dumnezeu înseamnă a fi Dumnezeu. Nu există un „tot” care să fie în afara lui Dumnezeu, în care El ar putea să fie imanent. Numai El există.

Discipolul: Este necesar să citim Bhagavad Gita din când în când?

Maestrul: Mereu.

Discipolul: Care este relația dintre *Bhakti* si *Jnana*?

Maestrul: Starea eternă, constantă şi naturală, care constă în a rămâne în Sine, se numeşte *Jnana*. Dar pentru a rămâne în Sine trebuie să iubeşti Sinele. Dumnezeu fiind Sinele, iubirea Sinelui echivalează cu iubirea de Dumnezeu. Numai această iubire este *Bhakti*. *Jnana* si *Bhakti* sunt deci unul şi acelaşi lucru.

Discipolul: Atunci când recit *Nama-Japa* (repetarea unui nume divin) timp de o oră sau mai mult, intru într-o stare comparabilă cu cea a somnului. Apoi mă trezesc şi constat că Japa s-a întrerupt, şi reîncep să o repet.

Maestrul: „Comparabila cu somnul”. Expresia este corecta. Aceasta este starea naturala. Deoarece deocamdata va identificati cu ego-ul, considerati ca aceasta stare naturala care survine în timpul tehnicii de *Japa* este ceva care vă întrerupe lucrul cu *mantra*. Trebuie deci să repetați această experiență până când veți ajunge să înțelegeți că prin această trăire vă cufundați de fapt în starea voastră naturală. Veți descoperi atunci că *Japa* nu este indispensabilă, dar ea va putea continua totodată, într-un mod automat. Nelămuririle actuale provin dintr-o identificare greşită: vă identificați cu mentalul care repetă *Japa*. *Japa* semnifică a te raporta la un singur gând, eliminând toate celelalte gânduri. Acesta este scopul său şi rațiunea sa de a exista. Ea (*Japa*) conduce la *dhyana*, iar aceasta sfârşeşte prin Realizarea Sinelui în *Jnana*.

Discipolul: Cum trebuie să practicăm *Nama-Japa*?

Maestrul: Nu trebuie niciodată să repetăm numele lui Dumnezeu mecanic şi intr-un mod superficial, fără a avea în adâncul inimii iubirea de Dumnezeu. Repetând numele Său, trebuie să Îl invocăm cu fervoare şi să ne abandonăm fără rezerve. Numai după acest sacrificiu Numele lui Dumnezeu rămâne constant în om.

Discipolul: De ce folos este atunci să ne dăruim unei căutări spirituale (*Vichara*) (Investigația lucrurilor profunde printr-o metodă rațională)?

Maestrul: Abandonul nostru în Dumnezeu nu are un efect total decât atunci când este realizat într-o deplină cunoaştere a cauzei. Dar o asemenea înțelegere nu apare decât după o căutare spirituală şi după reflecție. Ea se termină invariabil printr-o renunțare totală. Nu există nici o diferență între *Jnana* si sacrificiul absolut de sine pentru Dumnezeu: în

gânduri, în cuvinte si în actiuni. Pentru a fi complet, acest abandon trebuie sa fie neconditionat, deoarece cel ce Îl iubeste pe Dumnezeu nu cere nici o favoare si nu negociaza cu El. Un asemenea abandon cuprinde totul. Este în acelasi timp *Jnana*, *Vairagia* (detaşarea completă, abandonarea tuturor dorinţelor), devoţiune şi iubire.

pacea si fericirea

Discipolul: Cum pot sa obtin pacea? Am impresia ca nu o pot obtine prin Vichara (investigarea adevarurilor profunde printr-o metoda rationala).

Maestrul: Pacea este starea ta naturala. Mentalul este cel care creeaza obstacolele. Vichara ta a fost in intregime o creatie a mentalului. Cauta natura spiritului, si vei vedea ca mentalul va disparea. Caci nu exista nimic din toate acestea, decat un mental fara ganduri. Deoarece gandurile apar totusi fara incetare, tu le atribui o origine pe care o numesti spirit sau mental. Dar atunci cand cauti natura acestuia din urma, sfarsesti prin a descoperi ca el nu exista. Cand mentalul dispare astfel, te cufunzi in pacea eterna.

Discipolul: Prin poezie, muzica, Japa Bhajana, peisajele minunate pe care le vedem, lectura unor poezii religioase, etc., se intampla sa constientizam un veritabil sens al Unitatii. Acest sentiment de pace profunda si preafericita (in care eul personal nu ocupa nici un loc) este totuna cu acea cufundare in Inima despre care vorbeste Bhagavan? Practica spirituala indreptata catre asemenea stari va pute conduce la un Samadhi (stare de fuziune cu Divinul) mai profund si pana la urma la deplina si totala viziune a Realului?

Maestrul: Fericirea exista atunci cand mentalul se afla in prezenta unor lucruri placute. Aceasta este fericirea inerenta a Sinelui; nici o alta fericire nu exista. Fericirea nu este nici straina, nici indepartata. in aceste ocazii pe care le gasesti placute, de fapt te cufunzi in Sine. Aceasta cufundare prilejuieste o fericire neconditionata care exista prin ea insasi. Dar diferitele asociatii de idei te fac sa atribui aceasta fericire altor lucruri sau altor evenimente, pe cand, de fapt, fericirea se afla in tine. intr-o asemenea situatie te cufunzi in Sine, cu toate ca o faci in mod inconstient. Daca ajungi sa o faci in mod constient, cu convingerea venind din experienta ca esti identic cu Realitatea, atunci o numesti Realizare. Vreau ca tu sa te cufunzi in mod constient in Sine, adica in Inima.

jnani si lumea - pagina 1

Discipolul*:* *Jnani* (cel eliberat) percepe lumea?

Maestrul*:* De la cine vine o asemenea întrebare? De la un *Jnani* sau de la un *Ajnani* (om

ignorant)?

***Discipolul**:* Admit ca de la un *Ajnani*.

***Maestrul**:* Încearca lumea sa afle daca într-adevar exista? Îndoiala se ridica în tine însuti. Afla mai întâi cine este cel ce se îndoieste si vei fi liber apoi sa apreciezi daca lumea este reala sau nu.

***Discipolul**:* *Ajnani* vede si cunoaste lumea si obiectele ei, care îi afecteaza simturile: auzul, gustul, etc. *Jnani* experimenteaza în acelasi fel lumea?

***Maestrul**:* Vorbesti despre a vedea si despre a cunoaste lumea. Ori, tu te ignori pe tine însuti (desi tu esti subiectul care cunoaste si care este indispensabil cunoasterii obiectului). Cum vei putea întelege natura adevarata a lumii care constituie obiectul de cunoscut? Fara îndoiala ca obiectele afecteaza corpul si organele de simt; dar oare corpul tau este cel care pune întrebarea? Declara oare corpul tau: "Simt acest obiect, el este real?", sau vine oare lumea sa-ti spuna: "Eu, lumea, sunt reala?"

***Discipolul**:* Încerc doar sa înteleg punctul de vedere al unui *Jnani* despre lume. Lumea mai poate fi perceputa dupa ce s-a obtinut Realizarea Sinelui?

***Maestrul**:* De ce sa te framânti în legatura cu lumea si cu ceea ce survine dupa Realizarea Sinelui? Realizeaza mai întâi Sinele. A percepe sau a nu percepe lumea - acestea nu au nici o importanta. În timpul somnului tu nu percepi universul material si vice-versa, pierzi ceva în acest moment pentru ca percepi obiectele exterioare? Este un fapt cu totul lipsit de importanta, atât pentru *Jnani* cât si pentru *Ajnani* daca ei percep sau nu lumea. Amândoi o vad, dar punctul lor de vedere difera.

***Discipolul**:* Daca *Jnani* si *Ajnani* percep lumea în aceeasi maniera, prin ce difera ei?

***Maestrul**:* Vazând lumea, *Jnani* vede Sinele care formeaza substratul acestei lumi. *Ajnani*, fie ca vede, fie ca nu vede lumea, îsi ignora fiinta lui adevarata, Sinele.

Ia exemplul imaginilor care se misca si care se vad pe ecran în timpul unui film la cinema. Ce exista în fata ta înainte de a începe filmul? Numai ecranul. Pe pânza vezi derulându-se în întregime filmul; în aparenta, scenele acestea sunt reale. Dar încearca sa te duci si sa le prinzi! Ce-ti ramâne între degete? Numai ecranul, pe care personajele pareau atât de reala. Dupa prezentarea filmului, când imaginile dispar, ce mai ramâne? Din nou, doar ecranul.

La fel este si cu Sinele. El singur exista; imaginile se duc si vin. Daca esti mereu concentrat asupra Sinelui, nu esti înselat de aparenta spectacolului si pentru tine nu are importanta daca el apare sau dispare. Ignorând Sinele, *Ajnani* gândeste ca lumea este reala, tot asa cum, ignorând ecranul, el vede numai scenele filmului, ca si cum ele ar exista în afara pânzei. Când vei constientiza faptul ca fara martor nimic nu poate fi perceput, tot asa cum nu pot exista imaginile fara ecran, atunci nu vei mai comite erori.

Jnani si-a dat seama odata pentru totdeauna ca ecranul, cu imaginile care se vad pe el, nu este nimic altceva decât Sinele. Când nu exista spectacol, Sinele se manifesta fara imagini, El ramâne ne manifestat. *Jnani* ramâne indiferent la formele sub care poate sa se prezinte Sinele: El este mereu Sinele. Dar *Ajnani* îl vede pe *Jnani* în plina actiune si nu-i poate întelege natura.

***Discipolul**:* Exact acest lucru m-a facut sa pun prima mea intrebare: cel ce a realizat Sinele percepe lumea ca si noi? Daca asa stau lucrurile, mi-ar place sa stiu ce parere aveti Dumneavoastra despre disparitia misterioasa a acelei fotografii, ieri?

***Maestrul**:* (surazand): Faci aluzie la fotografia templului din *Madura*. (Cu cateva minute mai inainte trecea din mana in mana printre vizitatorii care o priveau, fiecare cand ii venea randul. Probabil ca din neatentia cuiva, fotografia alunecase intre paginile vreunei carti pe care ei tocmai o consultau in acel moment).

***Discipolul**:* Da, tocmai la acest incident ma gandesc. Care este punctul Dumneavoastra de vedere? Fotografia a fost cautata peste tot si in final nu a mai fost regasita. Cum explicati dumneavoastra aceasta misterioasa disparitie, chiar in momentul cand toata lumea voia sa o vada?

***Maestrul**:* Imagineaza-ti ca in vis m-ai luat cu tine in patria ta indepartata, Polonia. Te trezesti si imi spui: "Am visat una si alta. Ai avut acelasi vis cu mine, si ti-ai dat seama ca eu te luam cu mine in Polonia?" Aceasta cercetare nu are pentru tine nici cea mai mica importanta.

***Discipolul**:* Dar in ceea ce priveste fotografia pierduta, incidentul s-a desfasurat sub ochii dumneavoastra.

***Maestrul**:* Fotografia care a fost vazuta, apoi pierduta, cat si intrebarea ta despre ea, toate acestea nu reprezinta, de fapt, decat o simpla operatiune a mentalului tau.

Purana ne povesteste o intamplare care ilustreaza acest punct de vedere. Cand *Sita* pleca din manastire, in padure, *Rama* incepu sa o caute, strigand-o pe nume cat putea de tare: "Oh *Sita*, *Sita*!" *Parvati* si *Parameswara* vazura din inaltul cerului ce se petrecea in padure. *Parvati* isi exprima surpriza catre *Shiva*, spunandu-i: "L-ai laudat pe *Rama* si l-ai considerat ca fiind perfect. Totusi vezi cum se poarta, cum se tanguie pentru pierderea *Sitei*!"

"Daca ai indoieli in privinta perfectiunii lui *Rama*", raspunse *Shiva*, "pune-l tu insati la incercare. Prin virtutea *Yoga - Mayei* tale ia-ti infatisarea *Sitei* si apari dinaintea lui". *Parvati* se supuse si aparu inaintea lui *Rama* sub trasaturile exacte ale *Sitei*; dar, spre marea sa surprindere, *Rama* nu-i lua in seama prezenta si continua sa strige: "Oh, *Sita*, *Sita*!", ca si cand ar fi fost orb.

***Discipolul**:* Nu inteleg morala acestei intamplari.

***Maestrul**:* Daca *Rama* ar fi cautat intr-adevar prezenta corporala a *Sitei*, ar fi recunoscut-o pe *Sita* pe care o pierdu-se, in persoana care se afla dinaintea lui. Dar nu, pentru el *Sita* disparuta era la fel de ireala ca si cea care tocmai aparuse in fata ohilor lui. *Rama* nu era cu adevarat orb; dar pentru el, un *Jnani*, plecarea *Sitei* in sihastrie, disparitia sa, cautarile pe care le facuse, ca si aparitia lui *Parvati* sub trasaturile *Sitei*, totul era la fel de ireal. intelegi, acum, incidentul cu fotografia disparuta?

***Discipolul**:* N-as putea spune ca-mi este foarte clar. Lumea pe care o vedem, o simtim si o percepem in atatea moduri este, deci, o iluzie, un vis?

***Maestrul**:* Daca tu cauti adevarul, nu ai decat o alternativa, si aceasta este acceptarea irealitatii lumii.

***Discipolul**:* De ce?

***Maestrul**:* Dintr-un motiv simplu: daca tu nu abandonezi ideea ca lumea este reala, spiritul tau este continuu atasat de aceasta lume. Daca iei aparenta drept realitate, nu vei cunoaste niciodata Realitatea, desi numai Realitatea singura exista. Acest lucru este ilustrat prin analogia cu sarpele si franghia. Daca tu vezi sarpele, nu poti vedea franghia, cu toate ca ea exista. sarpele inexistent devine real in ochii tai, in timp ce franghia reala pare a fi, in intregime, inexistenta.

***Discipolul**:* E usor sa accepti la modul intelectual ipoteza ca lumea nu este reala, dar este greu sa ai convingerea ca ea este, realmente, ireala.

***Maestrul**:* Pentru tine, universul visului tau este perfect real atunci cand visezi. Atat timp cat dureaza iluzia, tot ceea ce vezi, simti, etc. in aceasta lume a visului iti pare real.

***Discipolul**:* Atunci inseamna ca lumea nu este nimic altceva decat un vis?

***Maestrul**:* Pui tu oare la indoiala realitatea perceptiilor tale atunci cand visezi? Tu poti visa ca faci lucruri cu totul imposibile, de exemplu ca tocmai discuti, vesel, cu o persoana, in realitate, defuncta. Pentru cateva clipe ai putea avea o indoiala in vis si atunci iti spui: dar credeam, totusi, ca el este mort. Apoi mentalul tau pare ca se impaca cu aceasta idee. Prietenul tau decedat sfarseste prin a fi perfect viu pentru tine, in vis. Cu alte cuvinte, visul, atunci cand este trait, nu-ti permite nici o indoiala asupra realitatii sale.

in acelasi fel, iti este imposibil sa pastrezi cea mai mica suspiciune cu privire la realitatea lumii percepute in starea de veghe. Cum ar putea mentalul, care el insusi a creat lumea, sa admita irealitatea ei? Aceasta este semnificatia comparatiei facuta intre lumea experimentala in starea de veghe si lumea visului. Amandoua sunt creatii ale mentalului. in timp ce acesta se complace intr-una sau in cealalta, el este incapabil sa nege realitatea

lumii visului atunci cand viseaza, si a lumii starii de veghe atunci cand este in stare de veghe. Daca, dimpotriva, iti retragi complet mintea fata de lume, o intorci catre interior si ramai in aceasta stare, adica daca esti mereu concentrat asupra Sinelui, care este substratul intregii experiente, vei descoperi ca lumea, care pentru moment iti este perceptibila intr-un singur fel, este la fel de ireala ca aceea pe care o traiesti in vis.

Discipolul: Cum am spus deja, noi vedem si simtim lumea intr-o multime de feluri. Aceste senzatii sunt reactii la obiectele vazute, simtite etc. si nu sunt creatii mentale ca cele din vis, care difera nu numai de la o persoana la alta, ci chiar si pentru aceeasi persoana. Aceasta nu dovedeste realitatea obiectiva a lumii?

Maestrul: Tot ceea ce spui despre atributele si contradictiile lumii visului le declari in acest moment, cand esti treaz. in timp ce visezi, totul pare perfect coerent. Aceasta revine la a spune ca daca iti este sete in vis, vei bea in mod iluzoriu apa iluzorie, care-ti va potoli setea iluzorie. Toate acestea pentru tine sunt reale. Ele nu au nici o legatura cu iluzia, atat timp cat nu stii ca visul insusi este o iluzie. La fel este cu lumea perceputa in timpul starii de veghe: senzatiile pe care le ai in acest moment sunt perfect coordonate si astfel iti dau impresia ca lumea este reala.

Daca, dimpotriva, lumea este o realitate care exista prin ea insasi, ceea ce in mod evident tu vrei sa afirmi atunci cand vorbesti despre obiectivitatea ei, ce o impiedica sa se reveleze in timpul somnului? Nu spui niciodata ca nu existi in timpul somnului tau.

Discipolul: intr-adevar, eu nu neg ca lumea exista atunci cand dorm. Ea exista pe intreaga durata a somnului meu. Daca in acel moment eu nu o vad, totusi, cei care sunt in starea de veghe, sunt constienti de ea.

Maestrul: Pentru a declara ca existi in timp ce esti adormit, ai avut nevoie sa-i chemi pe ceilalti drept marturie pentru a ti-o dovedi. De ce cauti marturia lor acum? Acesti ,altii' nu pot sa-ti spuna ca au vazut lumea (in timpul somnului tau) decat atunci cand tu insuti esti treaz. Din contra, in ceea ce priveste propria-ti existenta, lucrurile stau cu totul altfel. Trezindu-te, declari ca ai dormit bine, si astfel afirmi ca ai fost constient de tine insuti, pe durata celui mai profund somn in care totusi n-ai avut nici cea mai mica notiune despre existenta lumii. Acum, in acest moment, chiar daca esti treaz, lumea este cea care iti declara: "Eu sunt real", sau tu esti cel care afirma aceasta?

Discipolul: Bine-inteles ca cel care afirma sunt eu, dar o spun in legatura cu lumea.

Maestrul: Ei bine, atunci aceasta lume pe care o califici drept reala isi bate joc, de fapt, de tine, caci tu incerci sa-i dovedesti realitatea in timp ce nu-ti cunosti propria ta Realitate.

Vrei sa dovedesti intr-un fel sau altul ca lumea este reala. Dar care este criteriul Realitatii? Real este doar ceea ce exista prin sine insusi, care se reveleaza prin sine insusi

si care este etern si imuabil.

Lumea exista prin sine insasi? A fost ea vreodata vazuta altfel decat cu ajutorul mintii? in somn, nu exista nici mental, nici lume. in starea de veghe, exista mental si de aceea exista si lumea. Ce inseamna aceasta continua alternanta? Te-ai familiarizat cu principiile logicii inductive, considerate a fi insasi baza investigatiei stiintifice. De ce nu incerci sa rezolvi problema realitatii lumii folosindu-te de aceste principii universale de logica.

Cu de la tine putere, poti declara "exist". Aceasta inseamna ca existenta ta nu este o existenta obiectiva, ci ca ea este existenta de care esti constient. in mod real, ea este Existenta pura care este identica cu Constiinta.

***Discipolul**:* Lumea poate sa nu fie constienta de sine insasi, totusi ea exista.

***Maestrul**:* Constiinta nu este altceva decat constiinta Sinelui. Fiind constient de ceva, esti esentialmente constient de tine insuti. O existenta care ar fi inconstienta de ea insasi, iata o formulare care ascunde in sine o contradictie in termeni. Aceasta nu ar fi deloc o existenta, ci un atribut, pe cand adevarata Existenta, *Sat* nu este un atribut, ci insasi Substanta. Aceasta este *Vastu*. Realitatea este in consecinta cunoscuta ca *Sat* - *Cit*, Fiinta - Constiinta si niciodata numai una sau cealalta. Lumea nu exista de la sine si nu este cu mult mai constienta de propria ei existenta. Cum poti trage concluzia ca o astfel de lume este reala?

Care este natura lumii? Este o schimbare perpetua, un talaz continuu, interminabil. O lume dependenta (de cel care o percepe), inconstienta de sine insasi si mereu schimbatoare, nu poate fi reala.

***Discipolul**:* Nu numai stiinta experimentala occidentala considera lumea ca reala, dar si *Vedele*, etc., dau o descriere cosmologica complicata a universului si a originii lui. De ce ar face-o daca universul ar fi ireal?

***Maestrul**:* Scopul esential al *Vedelor*, ca si al tuturor celorlalte texte, este de a-ti conferi invataturi despre natura lui *Atman* nepieritorul, si de a declara cu fermitate: "Tu esti Acela".

***Discipolul**:* De acord. inteleg. Dar de ce prezinta aceste texte asemenea descrieri cosmologice, atat de vaste si detaliate, daca pe de alta parte ele nu considera lumea ca reala?

***Maestrul**:* Adopta in practica ceea ce accepti teoretic si lasa la o parte restul. *Shastrele* trebuie sa ghideze toate tipurile posibile de cautatori ai Adevarului, de aceea ele nu au toate acelasi continut. Ceea ce nu poti accepta ca adevarat, trateaza-l ca fiind *arthavada*, sau argument auxiliar.

realizarea sinelui

***Discipolul**:* Cum poti obtine Realizarea Sinelui?

***Maestrul**:* Realizarea Sinelui nu este un lucru care trebuie sa fie obtinut. El este deja in noi. Tot ceea ce trebuie sa facem este sa eliminam ideea "eu nu L-am realizat". Linistea si pacea inseamna Realizarea Sinelui. Nu exista nici un moment in care Sinele sa nu fie prezent. Atat timp cat mai exista indoieli sau avem sentimentul ca nu L-am realizat, trebuie sa facem eforturi sustinute pentru a elimina complet aceste ganduri. Ele sunt datorate faptului ca realizam o confuzie intre Sine si ceea ce nu este Sinele. Atunci cand aceasta din urma dispare, Sinele ramane singur. Pentru a-I face loc, este suficient sa elimini din mintea ta aglomeratia. Nu este nevoie sa aduci spatiul necesar luandu-l din alta parte.

***Discipolul**:* Deoarece Realizarea nu este posibila fara *Vasanakshaya* (anihilarea *Vasanas*-urilor - tendintelor, latente psihice ce provoaca aparitia dorintelor), cum ar trebui sa realizez aceasta stare in care *Vasanas*-urile sunt efectiv distruse?

***Maestrul**:* Sunteti in aceasta stare chiar in acest moment.

***Discipolul**:* Aceasta semnifica faptul ca, cufundandu-ma in Sine, *Vasanas*-urile vor fi distruse pe masura ce ele se prezinta?

***Maestrul**:* Ele se distrug prin ele insele daca veti ramane in starea naturala a cufundarii in Sine.

***Discipolul**:* Cum pot obtine Realizarea Sinelui?

***Maestrul**:* Nu este vorba de a obtine Sinele. Daca ar fi fost ceva care ar fi trebuit cucerit, acest lucru ar fi insemnat ca el nu se gaseste deja aici, acum si de-a pururi. Prin urmare, el nu este permanent. Merita sa depunem atatea eforturi pentru ceva care nu dureaza? De aceea eu spun ca Sinele nu se cucereste. Sunteti Sinele, sunteti deja Acela. in realitate va ignorati starea naturala de preafericire. Aceasta ignoranta va domina si pune un voal peste Sinele pur care este beatitudine. Eforturile voastre trebuie in mod unic dirijate catre eliminarea acestui voal care este identificarea Sinelui cu corpul, cu mentalul, etc. Ignoranta trebuie sa dispara pentru a lasa loc Sinelui. Realizarea este accesibila tuturor. Ea nu face nici o diferenta intre aspiranti. Singurele obstacole provin din indoielile referitoare la capacitatile voastre si din convingerea ca trebuie sa spuneti "eu nu am realizat". Trebuie sa eliminati in intregime aceste obstacole.

***Discipolul**:* Ce se intampla in starea de *Samadhi*? Mai subzista gandirea in aceasta stare?

***Maestrul**:* Doar *Shamadhi* ne permite sa descoperim adevarul. Gandurile arunca un voal asupra Realitatii pe care, de aceea, este imposibil sa o atingem in intregime in alte stari decat aceea de *Samadhi*. in *Samadhi* nu mai supravietuieste decat un singur si unic sentiment: "Eu sunt" care exclude orice alt gand. "Eu sunt" inseamna "a ramane mereu in

pace".

***Discipolul**:* Ce trebuie sa fac .pentru a obtine din nou starea de *Samadhi* si pentru a regasi Pacea pe care o simt aici?

***Maestrul**:* Experienta prezenta este datorata influentei ambiantei in care sunteti integrat aici. Regasiti aceeasi stare atunci cand sunteti departe? Aceasta este, pentru moment, o stare tranzitorie, iar practica este indispensabila pentru ca ea sa devina permanenta.

***Discipolul**:* Exista momente in care stralucesc bruste lumini pe fondul unei constiinte al carei centru este la exteriorul eu-lui obisnuit si care pare sa cuprinda totalitatea. in mod independent de orice concept filosofic, cum ma sfatuiti sa actionez pentru a obtine, mentine si accentua aceste mult prea rare iluminari? *Abhyasa* (practica spirituala) pentru atingerea unor asemenea experiente implica in mod obligatoriu retragerea (izolarea)?

***Maestrul**:* La exterior. Cine traieste experienta unui exterior si a unui interior? Ele sunt concomitente in existenta subiectului si a obiectului. Dar, cine din nou, este constient de acestea din urma? Dupa un examen profund veti descoperii ca ele n-au fost niciodata decat unul singur: subiectul. Cautati atunci cine poate fi acest subiect unic. Aceasta analiza va sfarsi prin a va conduce catre pura constiinta, dincolo de subiect. Ceea ce numiti "eul obisnuit" este mentalul. Stramtele limitari cuprind acest mental in timp ce constiinta pura este dincolo de orice limitare. Putem ajunge la ea printr-o cautare de felul celei pe care eu deja am mentionat-o.

A obtine - Sinele este mereu acolo. N-aveti decat un singur lucru de facut, acela de a elimina valul care il ascunde.

A mentine - Sinele, din momentul in care a fost realizat, devine experienta noastra directa si imediata.

Retragerea - A ramane in Sine inseamna singuratate. Nimic nu este strain Sinelui. Retragerea implica trecerea intr-un loc sau dintr-o stare in alta. Dar nici una nici alta nu pot fi exterioare Sinelui. Totul este Sine; retragerea este imposibila pentru ca este de neconceput.

Abhyasa - inseamna a nu lasa sa vina in minte nimic care sa perturbe pacea inerenta a Sinelui. Dar, sunteti mereu in aceasta stare naturala, fie ca practicati sau nu *Abhyasa*. A ramane asa cum sunteti, fara intrebari si indoieli, aceasta va este starea naturala.

***Discipolul**:* atunci cand este traita starea de *Samadhi*, pot fi obtinute in acelasi timp si *Siddhis*-urile?

***Maestrul**:* Pentru a manifeste *Siddhis*-urile trebuie ca alte persoane sa le recunoasca. Orice persoana care isi arata astfel (fara discernamant) puterile sale, nu poate fi un *Jnani*

(eliberat) Prin urmare, *Siddhis*-urile nu merita nici macar umbra unui gand. *Jnana* (cunoasterea ultima), trebuie sa fie unicul scop al cautarii voastre.

***Discipolul**:* Realizarea mea ii ajuta pe ceilalti?

***Maestrul**:* Da, acesta este serviciul cel mai mare pe care puteti sa li-l faceti. Cel care a descoperit mari adevaruri a ajuns in profunzimile tacute ale Sinelui. Dar nu exista nici un "altul' care trebuie sa-l ajute. Fiinta realizata vede doar Sinele, precum aurarul nu este atent decat la aurul bijuteriilor ornate cu pietre pretioase care i se dau pentru evaluare. Atunci cand va identificati cu corpul, sunteti de asemenea in mod fatal constient de nume si forme. Dar atunci cand transcendeti corpul, dispare, de asemenea, si ideea de "ceilalti." Fiinta Realizata vede ca lumea nu difera de ea insasi.

***Discipolul**:* Nu ar fi preferabil ca sfintii (fiintele realizate) sa traiasca in prezenta celorlalti?

***Maestrul**:* Pentru ei nu exista "altul" langa care sa poata trai. Sinele este unica realitate.

***Discipolul**:* dar nu trebuie sa incerc sa ajut lumea care sufera?

***Maestrul**:* Forta care va creat, a creat de asemenea si lumea. Daca ea are grija de voi, ea poate tot atat de bine sa aiba grija si de lume. Deoarece Dumnezeu a creat lumea, este treaba Lui sa se ocupe de ea, nu a dumneavoastra.

***Discipolul**:* si datoria noastra de patrioti?

***Maestrul**:* datoria voastra consta in A FI si nu in a fi ceva sau altceva. "Eu sunt cel care sunt" - iata esenta intregului adevar. Metoda poate fi rezumata la fraza: "A ramane in Pace". si ce semnifica pacea? Ea vrea sa spuna "Distruge natura ta inferioara", deoarece fiecare nume si fiecare forma sunt o cauza de tulburare a pacii. "Eu-Eu" este Sinele. "Eu sunt aceasta" este ego-ul. Atunci cand "Eu-l" ramane singur si unic, el este Sinele. Atunci cand se uita pe sine si spune "Eu sunt acesta sau acela, eu sunt ca acesta sau acela", atunci este ego-ul.

***Discipolul**:* Atunci cine este Dumnezeu?

***Maestrul**:* Sinele este Dumnezeu. Sentimentul "Eu sunt" este Dumnezeu. Daca Dumnezeu ar fi exterior Sinelui, ar fi existat un Dumnezeu lipsit de Sine, si un Sine lipsit de Dumnezeu, ceea ce este absurd. Tot ceea ce este necesar pentru Realizarea Sinelui este de A FI IMPACAT. Ce poate fi mai usor? De aceea *Atma-Vidya* este calea cea mai usor de urmat.

sinele si individualitatea

Discipolul*:* Moartea dizolva complet personalitatea unei fiinte, astfel incat ea sa nu mai aiba o noua nastere, la fel ca raurile ce se varsa in ocean pierzandu-se complet in acesta?

Maestrul*:* Apele se evapora si se reintorc pe coline sub forma de ploaie, pentru a curge in rauri care se varsa din nou in ocean; tot astfel, fiinta isi pierde in timpul somnului profund starea sa de fiinta separata de Tot, pentru a o regasi cand se trezeste, conform *samskaras*-urilor sau tendintelor datorate trecutului. (Latentele psihice al caror fascicol provoaca aparitia spectacolului lumii). La fel se intampla si la moarte. Individualitatea unei persoane care mai are inca samskarasuri nu se pierde.

Discipolul*:* Cum este posibil acest lucru?

Maestrul*:* Priveste un copac ale carui ramuri au fost taiate: el reinmugureste. Atata vreme cat radacinile sale nu sunt moarte, copacul continua sa creasca. in acelasi fel, *samskaras*-urile, care plonjeaza pur si simplu in Inima in momentul mortii, dar care prin aceasta cufundare nu sunt distruse, determina reincarnarea atunci cand soseste momentul potrivit. Astfel renaste *Jiva*.

Discipolul*:* Dar cum acesti *Jiva* nenumarati si universul imens a carui existenta o insoteste pe-a acestora, pot sa izbucneasca din aceste *samskaras*-uri atat de subtile care s-au cufundat in Inima in momentul mortii?

Maestrul*:* *Banyanul* (arbore foarte mare) se naste dintr-o samanta minuscula; tot astfel, *Jivasii* si universul intreg cu nume si forma germineaza si cresc plecand de la *samskaras*-uri imateriale.

Discipolul*:* Cum emana individualitatea din Sinele Absolut si cum este posibila reintoarcerea sa in Sine?

Maestrul*:* La fel cum o scanteie porneste din foc, tot astfel individualitatea emana din Sinele Absolut. Scanteia este ego-ul. in cazul lui *Ajnani* (omul ignorant) ego-ul se identifica cu obiectul chiar in momentul aparitiei acestuia. El nu poate subzista fara aceasta relatie cu obiectele; ea este datorata lui *Ajnana* (ignoranta) a carei distrugere este chiar scopul eforturilor spirituale. Daca aceasta tendinta de a te identifica cu lucrurile este distrusa, ego-ul devine atat de pur incat el sfarseste prin a se uni cu Sursa sa. Falsa identificare de sine cu corpul se numeste *Devatma-Buddhi* sau ideea ca "Eu sunt corpul." Aceasta idee trebuie sa dispara pentru a putea realiza un progres pe calea spirituala.

Discipolul*:* Cum trebuie sa procedam pentru a dezradacina aceasta idee ca "eu sunt corpul"?

Maestrul*:* in *Sushupti* sau somnul profund fara vise existati fara ca aceasta existenta sa fie asociata corpului sau mentalului, desi o asemenea relatie exista in celelalte doua stari de constiinta. Daca ati fi una cu corpul, cum ati putea exista fara el in *Sushupti*? Va puteti separa de ceea ce este exterior, dar nu va puteti desparti de cele cu care sunteti indisolubil unit. Deci nu sunteti una cu corpul. Trebuie sa ajungeti sa intelegeti aceasta in starea de

veghe. Studiem cele trei stari (de veghe, de somn cu vise, de somn fara vise) pentru a dobandi aceasta cunoastere.

***Discipolul**:* Cum ego-ul, care se manifesta doar in limitele celor doua stari, poate totusi sa incerce sa realizeze Sinele care inglobeaza toate cele trei stari?

***Maestrul**:* Traim experienta ego-ului pur in intervalele dintre doua stari sau intre doua ganduri. Ego-ul se aseamana cu o omida care nu paraseste o frunza decat dupa ce s-a agatat de o alta. ii putem cunoaste adevarata sa natura numai atunci cand am pierdut orice contact cu obiectele sau cu gandurile. Trebuie sa intelegem ca in acest interval se manifesta Realitatea constanta si imuabila, adevarata noastra fiinta, datorita convingerii pe care ne-o da studiul celor trei stari: *Jagrat, Swapna, Sushupti*.

***Discipolul**:* As putea ramane in *Sushupti* cat timp vreau si as putea intra in aceasta stare la vointa, asa cum fac in cazul starii de veghe? Cum experimenteaza un *Jnanin* (eliberat) aceste trei stari?

***Maestrul**:* *Sushupti* exista de asemenea in starea ta de veghe. in acest moment, de exemplu, esti in *Sushupti*. Trebuie sa deveniti constienti de ea voluntar in timp ce sunteti treji. De fapt, nu exista un "a intra" si un "a veni" intre starea de veghe si *Sushupti*. A fi constient de aceasta din urma in starea de *Jagrat* se numeste "*Jagrat-Sushupti*": acesta este *Samadhi*.

Ajnani nu poate sa ramana mult timp in *Sushupti* deoarece natura sa il obliga sa iasa de acolo. Ego-ul sau nu este mort si reapare in mod constient. Din contra *Jnani* (cel eliberat) elimina ego-ul chiar de la sursa acestuia. El poate parea uneori ca are ego, ca si cum ar fi impins de *Prarabdha*. Aceasta semnifica faptul ca in viata curenta a unui *Jnani*, *Prarabdha* poate sa para ca mentine sau sustine ego-ul, cum se intampla in cazul unui *Ajnani*. Dar exista intre cei doi o diferenta fundamentala. Ego-ul unui *Ajnani* atunci cand se manifesta (de altfel el nu dispare niciodata in afara starii de somn profund) isi ignora complet Sursa. Cu alte cuvinte, *Ajnani* nu este constient de starea sa de *Sushupti* in starea de veghe si in cea de somn cu vise. in cazul unui *Jnani*, din contra, aparitia sau existenta ego-ului nu sunt decat aparente. El se bucura de existenta sa continua si transcendentala in pofida acestei existente aparente a ego-ului. El isi pastreaza atentia (*Lakshya*) fixata continuu asupra Sursei. Acest fel de ego nu mai poate face rau. Este precum scheletul unei franghii putrezite: isi pastreaza forma dar nu mai poate sa lege. Pastrand in mod constant atentia asupra Sursei, ego-ul sfarseste prin a se dizolva, precum se dizolva o papusa de sare in apa marii.

***Discipolul**:* Ce semnifica Crucificarea?

***Maestrul**:* Corpul este crucea. Isus, fiul omului este ego-ul, cu alte cuvinte ideea ca "eu sunt corpul". Atunci cand fiul omului este crucificat, ego-ul dispare. Doar Fiinta Absoluta mai supravietuieste; atunci este momentul invierii Sinelui Glorios, a invierii lui Christos - Fiul lui Dumnezeu.

***Discipolul**:* Dar cum putem justifica crucificarea? Aceasta omorare nu este o crima oribila?

***Maestrul**:* intreaga lume este vinovata de sinucidere. Starea naturala de eternitate si binecuvantare este sufocata de ignoranta. Astfel, viata prezenta provine dintr-un asasinat, cel al Existentei eterne. Nu este aceasta o sinucidere? La ce bun sa va framantati in problema mortii si a crimei?

***Discipolul**:* Sri Ramakrishna afirma ca *Nirvikalpa Samadhi* nu poate dura mai mult de 21 de zile; daca ea continua, fiinta moare. Este aceasta afirmatie adevarata?

***Maestrul**:* Atunci cand *Prarabdha* este consumata ego-ul se dizolva complet fara a lasa cea mai mica urma. Aceasta este Eliberarea Ultima, Nirvana. Dar atata timp cat *Prarabdha* nu este distrusa, ego-ul revine, mentinand in continuare fiinta in viata, asa cum este in cazul unui *Jivanmukta* (eliberat in viata).

aham si ahamvritti

***Discipolul**:* Cum o cautare realizata prin intermediul egoul-ui ne poate revela faptul ca el este ireal?

***Maestrul**:* Existenta egoului face parte din lumea fenomenelor. il putem transcende absorbindu-ne in sursa de unde se ridica *Ahamvritti* (sentimentul de „Eu", care este permanent la omul obisnuit).

Maharishi afirma ca aceasta „forma mentala" (a eului *Ahamvritti*) este sursa tuturor celorlalte forme mentale, adica a intregii experiente in lumea manifestata.

***Discipolul**:* *Ahamvritti* (sentimentul egoului) nu este totodata una din cele trei forme sub care se manifesta egoul? *Yogavasishtha*, ca de altfel si alte texte stravechi, vorbesc despre trei forme ale egoului.

***Maestrul**:* Este adevarat. Au fost descrise „trei corpuri" ale egoului: material, subtil (astral) si cauzal. Aici nu este vorba decat de o analiza. Daca metoda folosita pentru a face aceasta analiza ar fi trebuit sa depinda de forma egoului, puteti fi siguri ca niciodata, nici o cautare adevarata nu ar fi fost posibila: formele pe care le poate lua egoul sunt multe. *Atmavichara* (investigarea de sine, introspectia, cautarea in sine insusi a Realitatii Absolute, realizata dupa o metoda rationala) cere ca voi sa o realizati cu o singura forma a egoului, adica cu *Ahamvritta*.

***Discipolul**:* E posibil totodata ca ea sa ramana incapabila sa realizeze *Jnana* (cunoasterea; a experimenta continuu starea „Eu sunt *Brahman* (Supremul Absolut)", „Totul este Sinele")?

Maestrul*:* Cautarea Sinelui, al carui fir conducator este *Ahamvritti*, este comparabila cu cautarea unui caine care isi gaseste stapanul gratie mirosului sau. Stapanul se poate gasi intr-un loc indepartat, necunoscut. Totusi aceasta nu-l impiedica cu nimic pe caine sa revina langa el. Mirosul stapanului este pentru animal un indiciu infailibil. Nimic altceva: vesmantul sau, statura – nu conteaza pentru caine. Cainele se ataseaza fara greseala mirosului, in timp ce isi cauta stapanul si in final el reuseste sa il regaseasca.

Discipolul*:* Ramane totusi intrebarea: De ce trebuie sa cautam sursa lui *Ahamvritti* excluzand toate celelalte *Vrittisuri* (turbion mintal, orice fapt psihic, orice idee, orice sentiment, orice nuanta afectiva) pentru a ajunge la realizarea Sinelui?

Maestrul*:* Cuvantul *Aham* este prin el insusi foarte sugestiv. Cele doua litere care il compun, *A* si *ha*, sunt prima si ultima litera a alfabetului sanskrit. Acest cuvant ne sugereaza ca totul este inclus in el. De ce? Pentru ca *Aham* semnifica existenta in ea insasi. Desi conceptul de „Eu” sau de „Eu sunt” este desemnat de obicei prin termenii *Ahamvritti*, el nu se aseamana totusi cu celelalte *Vrittisuri* (fenomene psihice) ale mentalului. Spre deosebire de acestea din urma care nu sunt legate in mod esential unele de altele, *Ahamvritti* este legat in mod egal, prin insasi natura sa, de fiecare din celelalte *Vrittisuri*. El difera deci de celelalte intr-un mod fundamental. Cautarea sursei din care se naste *Ahamvritti* nu vrea deci doar sa duca la fundamentele unei forme de ego ci chiar la sursa din care emana eu, atunci cand acesta ia forma de *Ahamvritti*, implica in mod necesar sa fi fost transcens egoul sub toate celelalte forme.

Discipolul*:* Admitand ca *Ahamvritti* include in esenta sa toate formele de ego, de ce trebuie totusi sa alegem acest *Vritti* si nu un altul atunci cand cautam Sinele?

Maestrul*:* Deoarece el este continutul ireductibil al tuturor experientelor voastre; deoarece cautand sursa sa adoptati singura metoda care poate fi utilizata pentru a ajunge la Sine. Se spune ca egoul poseda un corp cauzal. Cum credeti ca puteti sa faceti din el obiectul investigatiei voastre? Atunci cand el se afla in aceasta forma, voi sunteti cufundati in tenebrele somnului.

Discipolul*:* Ego-ul sub formele sale imateriale si cauzale nu devine intangibil, astfel ca nu mai putem sa-l sesizam cautând sursa lui *Ahamvritti* în timpul starii de veghe?

Maestrul*:* Nu. Aceasta cautare duce la însasi existenta egoului. Imaterialitatea acestuia din urma nu trebuie sa ne deruteze.

Discipolul*:* Singurul scop adevarat este acela de a realiza fiinta pura si neconditionata a Sinelui, care nu depinde deloc de ego. La ce-ar putea folosi o cautare centrata pe ego în forma sa de *Ahamvritti*?

Maestrul*:* Ego-ul nu se caracterizeaza decât printr-o singura functie esentiala (deoarece el

este evanescent, conteaza mai putin faptul ca îl înfatisam aici sub forma sa, sub activitatea sa sau în orice alt fel). El este un nod care leaga Sinele (constiinta pura) de corpul fizic care este inert si lipsit de capacitatea de a simti. De aceea egoul este numit *Cid Jada Granthi* (nodul dintre constiinta si ceea ce este ne animat), eul, aparatul psihic. Cautând sursa lui *Ahamvritti* veti sesiza numai aspectul esential al egoului, *Cit* (constiinta, vazuta ca o caracteristica a Realitatii Ultime). Din acest motiv aceasta analiza trebuie sa va conduca la realizarea purei Constiinte de Sine.

Discipolul: Ce relatie exista între Constiinta pura realizata de *Jnani* si "Eu", acceptat ca experienta esentiala si primordiala?

Maestrul: Constiinta nediferentiata a fiintei pure este Inima, *Hridayam*, ceea ce sunteti cu adevarat, asa cum însusi cuvântul o exprima (Hrit + Ayam = inima, aceasta). Din inima emana eul. Aceasta este experienta primordiala. Acest Eu are caracterul de *Shuddha Sattva* (*Sattva* pura). Cu aceasta calitate de *Shuddha Sattva Svarupa* (a carei natura proprie este *Sattva* pura, adica neatins de *Rajas* si *Tamas*) Eul pare sa subziste la *Jnani* (eliberat).

Discipolul: La *Jnani* (omul eliberat) egoul subzista sub forma *Sattvaica* si prin urmare el pare a fi real. Este adevarat?

Maestrul: Nu. Existenta ego-ului, sub orice forma ar fi, este ea însasi o aparenta, atât la *Jnani* (omul eliberat) cât si la *Ajnani* (omul ignorant). Dar acesta din urma este dominat de iluzia ca starea de veghe si lumea sunt reale; egoul îi pare a fi real. Vazând un *Jnani* (om eliberat) actionând ca celelalte persoane, se va simti obligat sa-i atribuie si lui o individualitate.

Discipolul: Atunci care este rolul lui *Ahamvritti* la *Jnani* (omul eliberat)?

Maestrul: El nu are rol. Caracteristica unui *Jnani* este Inima însasi. El este unit, identificat cu aceasta pura Constiinta nediferentiata pe care *Upanishadele* o desemneaza sub numele de *Prajnana* (constiinta care cunoaste). În *Aitareyaupanishad* exista una din cele patru mari afirmatii ale *Upanishadelor*: "*Brahman* este *Prajnana*". *Prajnana* este cu adevarat *Brahman*; nu exista alt *Brahman* (Suprem Absolut) decât *Prajnana*."

Discipolul: Cum este posibil atunci ca *Ajnani* (omul ignorant) sa traiasca în aceasta nefericita ignorare a singurei si unicei Realitati?

Maestrul: Deoarece el nu-si percepe decât propriul mental care nu face decât sa reflecte lumina raspândita de Constiinta Pura care emana din Inima. De aceasta Inima, *Ajnani* (omul ignorant) nu are cunoastere. De ce? Pentru ca mentalul sau este extravertit si nu si-a cautat niciodata sursa.

Discipolul: Ce împiedica aceasta lumina infinita si nediferentiata a Constiintei care

emana din Inima sa se reveleze unui *Ajnani* (om ignorant)?

Maestrul: Precum apa dintr-un vas reflecta imensul soare în limitele strâmte ale recipientului, tot astfel *Vasanasurile* sau tendintele latente ale individului reflecta, precum oglinzile, lumina universala si infinita a Constiintei emanând din Inima, prezentând sub forma de reflexie, fenomenul pe care noi îl numim mental. Cum el nu vede decât aceasta reflectie, *Ajnani* (omul ignorant) ajunge sa se creada o fiinta finita, un *Jiva* (individualitate). Daca mentalul se introverteste cautând sursa lui *Ahamvritti*, *Vasanasurile* se sting. Absenta lor antreneaza disparitia fenomenului de reflexie, adica a mentalului care se resoarbe atunci în lumina Realitatii Unice, Inima. Aici se afla rezumatul si esenta a ceea ce un aspirant la desavârsire trebuie sa cunoasca. Datoria sa imperioasa consta în a cauta cu fervoare si concentrare sursa lui *Ahamvritti*.

Discipolul: Dar eforturile pe care el le poate face se limiteaza la starea de veghe. Cum o cautare realizata într-o singura stare din cele trei ale mentalului, poate sa distruga mentalul?

Maestrul: Fara îndoiala, *Sadaka* începe sa caute sursa lui *Ahamvritti* când este în starea de veghe. Nu se poate spune atunci ca mentalul sau a fost distrus. Dar însusi procesul de cautare a Sinelui reveleaza aspirantului ca alternanta sau transmutarea celor trei stari ale mentalului, ca de altfel a celor trei stari în sine, face parte din lumea fenomenala care nu ar trebui sa afecteze ardenta sa cautare interioara. Cautarea Sinelui prin intermediul autoanalizei nu este posibila de fapt decât daca se realizeaza cu o deosebit de intensa introvertire a mintii. Scopul final al unei asemenea cautari este cu adevarat Inima, Lumina Nediferentiata a Constiintei Pure, în care stralucirea reflectata a mentalului este complet resorbita.

Discipolul: Nu exista deci nici o distinctie pentru un *Jnani* între cele trei stari ale mentalului?

Maestrul: Cum ar putea sa existe din moment ce mentalul însusi este dizolvat si pierdut în Lumina Constiintei? Pentru *Jnani* cele trei stari sunt la fel de ireale. *Ajnani* este incapabil sa înteleaga aceasta deoarece, pentru el, starea de veghe este modul prin care el atinge realitatea, în timp ce *Jnani* recunoaste Realitatea prin realitatea însasi. Pura Constiinta este eterna prin însasi natura sa. Ea subzista imuabil în starea de veghe, în vis si in somnul profund. În ochii celui care s-a absorbit în aceasta Realitate nu exista nici mental, nici vreuna din stari si prin urmare nici introvertire nici extrovertire. El este starea permanent treaza deoarece el este trezit fata de Sinele etern.

El este starea de vis perpetuu deoarece pentru el lumea nu este alt lucru decât un vis constant repetat.

El este starea de continua adormire deoarece este în orice moment eliberat de constiinta lui "Eu sunt corpul".

Discipolul: Trebuie deci sa consider ca va aflati într-o stare de trezire - visare - adormire în timp ce îmi vorbiti?

Maestrul: Cum experienta voastra constienta se limiteaza doar la momentele de extrovertire a mentalului, voi numiti momentul prezent stare "de veghe". Dar sunteti în acest moment adormiti fata de Sine, ceea ce face din voi oameni care dorm perpetuu.

Discipolul: Somnul nu este pentru mine decât o simpla vacuitate.

Maestrul: Gânditi astfel deoarece starea voastra de veghe consta într-o constanta efervescenta a mentalului vostru agitat.

Discipolul: Prin vacuitate înteleg ca în timpul somnului nu am, ca sa spun asa, cunostinta de nimic. Pentru mine e ca si cum nu as exista.

Maestrul: Dar totusi existati atunci când dormiti.

Discipolul: Este posibil, în orice caz eu nu-mi dau seama.

Maestrul: Eu sper ca glumiti. Vreti sa spuneti ca nu existati în timpul somnului? Va numiti domnul X când adormiti, iar când va treziti descoperiti ca ati devenit domnul Y?

Discipolul: Dar eu nu sunt constient de aceasta continuitate atunci când dorm.

Maestrul: Nu. Dar cine declara în acest moment ca nu a fost constient? Bine-înteles, mentalul tau. Puteti sa afirmati ca nu mai exista mental atunci când dormiti. Dar ce valoare poate avea marturia pe care o aduce mentalul vostru asupra existentei voastre si asupra a ceea ce traiti în timpul somnului? A cauta sprijinul mentalului pentru a nega existenta voastra sau constiinta în aceasta stare de somn, este ca si cum ati cere fiului vostru sa se îndoiasca de propria voastra nastere. Aduceti-va aminte, v-am mai spus-o, ca existenta si constiinta nu sunt doua lucruri diferite. Ele sunt identice si daca, dintr-un anumit motiv, va simtiti obligati sa admiteti ca existati atunci când dormiti, fiti sigur ca aveti, de asemenea, constiinta ca existati. Constiinta pe care o pierdeti în timpul somnului este cea a existentei voastre corporale. Confundati, pentru moment, veritabila constiinta a Sinelui care este eterna. *Prajnana* (constiinta care cunoaste), sursa lui ‚Eu', subzista întotdeauna si nu este afectata de nici una din cele trei stari trecatoare ale mentalului.

Prajnana va permite sa va pastrati identitatea. *Prajnana* provine de dincolo de cele trei stari si poate sa subziste dincolo de ele si indiferent de ele. Va trebui sa cautati aceasta realitate în timpul a ceea ce voi numiti starea de veghe, urcând de la *Ahamvritti* pâna la sursa sa. Aceasta cautare, intens practicata, va va revela faptul ca mentalul si cele trei stari ale sale sunt ne reale. Veti descoperii ca sunteti Constiinta eterna, infinita a fiintei Pure: Sinele, Inima.

inima este sinele

***Discipolul**:* Sri Bhagavan vorbeste despre Inima ca fiind sediul Constiintei si ca fiind identica cu Sinele. Ce semnifica în mod exact „Inima”?

***Maestrul**:* Îmi puneti aceasta întrebare despre Inima deoarece sunteti interesat de izvorul constiintei. Cercetarea „Eu-lui” si a naturii sale exercita asupra oricarui spirit profund o fascinatie irezistibila. Fie ca îl numiti Dumnezeu, sau Sinele, sau Inima, sau locul Constiintei, acest lucru nu are nici cea mai mica importanta. Punctul pe care trebuie sa-l percepem si pe care de aceea îl numim Inima, semnifica centrul cel mai profund al fiintei noastre, fara de care nimic nu ar fi putut exista.

***Discipolul**:* Totusi Sri Bhagavan a indicat pentru Inima un anumit loc în corpul fizic, adica în regiunea pieptului, la doua degete în dreapta sternului.

***Maestrul**:* Da, acolo este, asa cum afirma înteleptii, centrul experientei spirituale. Acest centru este spiritual; el nu are nici o legatura cu inima fizica, cea care face ca sângele sa curga si care este denumita cu acelasi nume. Centrul spiritual al Inimii nu este un organ corporal. Nu se poate spune despre Ea decât un singur lucru, ca ea constituie chiar sursa fiintei noastre. Este cea cu care sunteti identic (cum o indica literar si numele în sanskrita), fie ca sunteti treziti, adormiti, visând, absorbiti în munca, sau cufundati în Samadhi.

***Discipolul**:* În acest caz, cum poate fi localizata într-o parte a corpului? Fixând un loc precis Inimii, se pare ca atribuim limite fiziologice pentru ceva ce este dincolo de spatiu si timp.

***Maestrul**:* Este adevarat. Dar persoana care pune aceasta întrebare despre pozitia Inimii considera, de asemenea, ca ea exista cu sau în corpul sau. Dumneavoastra, cel care ma întrebati în acest moment aveti impresia ca doar corpul dumneavoastra se afla aici si ca de fapt îmi vorbiti de undeva din spatiu? Nu, bine-înteles, deoarece admiteti existenta voastra corporala. Pentru ca pornim din acest punct de vedere putem vorbi despre corpul fizic.
La drept vorbind, Constiinta Pura este indivizibila. Ea nu se poate împarti în parti. Ea nu poseda nici forma, nici „interior”, sau „exterior”, nici „dreapta”, sau „stânga”. Constiinta Pura, care este deci Inima, include în ea tot ceea ce exista. Nimic nu-i poate fi exterior. Acesta este Adevarul Ultim. Pornind de la acest punct de vedere absolut, este evident imposibil sa asociem vreun loc fizic Inimii, Sinelui sau Constiintei. De ce? Deoarece corpul este o simpla proiectie a mentalului care la rândul sau este o umila reflectie a Inimii luminoase. Cum ceea ce contine totul ar putea fi marginita în acest spatiu minuscul al corpului fizic, când acest corp însusi nu reprezinta decât o infima manifestare fenomenala a Realitatii Ultime? Dar cine în aceasta lume va întelege asta? Oamenii nu pot sa gândeasca decât în termenii corpului fizic si ai universului senzorial. Sa luam un

exemplu: Dumneavoastra spuneti: „Am parasit îndepartata mea tara, situata dincolo de Himalaya, pentru a veni în acest Ashram", dar acest lucru nu e adevarat. Ce reprezinta „a merge', ce reprezinta „a te întoarce", ce reprezinta orice miscare pentru Spiritul unic si universal care sunteti? Voi sunteti acolo unde întotdeauna ati fost. Corpul vostru este cel care si-a schimbat locul si s-a transportat dintr-o tara în alta pâna a ajuns la Ashram. Acesta este simplul adevar. Totusi pentru o persoana care se considera a fi un subiect ce traieste într-o lume obiectiva, aceasta este o propozitie care pare de domeniul imaginatiei. Deci, coborând la nivelul de întelegere obisnuit, i se asociaza Inimii un loc determinat în corpul fizic.

***Discipolul**:* Dar cum as putea întelege atunci acea afirmatie a lui Bhagavan, conform careia experienta centrului Inimii se poate realiza într-un loc anume din zona pieptului?

***Maestrul**:* Atunci când ati admis în mod real ca din punctul de vedere veritabil si absolut Inima (sau Constiinta Pura) se gaseste dincolo de spatiu si timp, restul va va fi usor de înteles dintr-o perspectiva exacta.

***Discipolul**:* Chiar din aceasta optica am pus întrebarea referitoare la pozitia Inimii. Eu asi vrea sa înteleg experienta lui Bhagavan.

***Maestrul**:* Pura Constiinta transcende mentalul. Ea este experimentata direct. Înteleptii cunosc existenta lor acorporala, care nu are sfârsit, exact la fel cum oamenii obisnuiti îsi cunosc existenta în corpul fizic. Totodata, experienta Constiintei poate s-o comporte pe cea a corpului, sau nu. În experimentarea acorporala a Constiintei pure un întelept se afla dincolo de spatiu si timp. Lui nu i se poate pune nici o întrebare referitoare la locul în care este plasata Inima. Corpul fizic nu poate ramâne în viata în afara Constiintei. Senzatia noastra ca traim într-un corp are deci ca baza Constiinta. Dar, aceasta senzatie corporala, prin însasi natura ei, implica limitari si nu poate coincide cu constiinta eterna si fara sfârsit. Ea nu este decât un reflex punctual si minuscul al constiintei Pure cu care înteleptul a înteles ca este identic. Pentru el, prin urmare, aceasta constiinta corporala nu este decât un fel de reflexie în Constiinta infinita si radioasa care este el însusi. Este singurul mod în care înteleptul îsi resimte existenta fizica. În timpul experientei sale transcendente când percepe Inima în calitate de Pura Constiinta, înteleptul nu tine în nici un fel cont de corpul sau. El localizeaza atunci în interiorul limitelor sale corporale aceasta experienta a Absolutului, printr-un fel de amintire senzoriala care provine din momentele în care el este constient de corpul sau.

***Discipolul**:* Pentru oameni ca mine, care nu au nici experienta directa a Inimii si nici amintirea care reprezinta o consecinta a acestei experiente, problema pare destul de dificila. Am putea sa încercam sa ghicim acest loc?

***Maestrul**:* daca locul inimii ar fi trebuit sa depinda de un fel de ghicit, chiar si pentru omul obisnuit, aceasta ar fi fost o problema lipsita de importanta. Dar nu, în nici un caz, nu poate fi vorba de ghicit; trebuie sa existe o intuitie reala si infailibila.

***Discipolul**:* Cine trebuie sa aiba aceasta intuitie?

***Maestrul**:* Toata lumea.

***Discipolul**:* Sri Bhagavan, îmi atribuiti o cunoastere intuitiva a Inimii?

***Maestrul**:* Nu, nu a Inimii, ci a amplasarii sale în corpul fizic.

***Discipolul**:* Sri Bhagavan, afirmati ca eu îmi cunosc prin intuitie pozitia Inimii în corpul fizic?

***Maestrul**:* De ce nu?

***Discipolul**:* (aratându-se cu degetul) Sri Bhagavan, va referiti la mine personal?

***Maestrul**:* da, iata intuitia. Cum v-ati desemnat prin acest gest? Nu v-ati plasat degetul pe partea dreapta a pieptului? Chiar acolo este centrul Inimii.

***Discipolul**:* Ne putând sa cunosc direct Inima trebuie, deci, sa ma sprijin pe aceasta intuitie?

***Maestrul**:* Ce este atât de socant? Atunci când un scolar afirma „Eu sunt cel care a facut aceasta adunare" sau atunci când va întreaba „Vreti ca eu sa va aduc sa cititi aceasta carte"?, va va desemna capul sau, care i-a permis sa faca adunarea, sau picioarele sale, care l-au purtat atât de rapid pentru a va face un serviciu? Nu. În ambele cazuri degetul aratator se va îndrepta catre partea dreapta a corpului în mod natural, exprimând cu inocenta acest adevar profund ca sursa Eu-lui sau se gaseste acolo. Aceasta este o intuitie infailibila care, în acest fel, îl face sa se refere la el însusi, la aceasta Inima care este Sinele. Este un act absolut involuntar si universal, identic la toti indivizii. Ce dovada mai convingatoare doriti în legatura cu pozitia Inimii în corpul fizic.

***Discipolul**:* Totusi, eu am auzit un sfânt declarând ca îsi resimte experientele spirituale în locul situat între sprâncene.

***Maestrul**:* Cum am mai spus deja, aici este vorba de realizarea ultima si Perfecta, care transcende relatia subiect – obiect. Atunci când este realizata, nu mai conteaza unde este plasata experienta spirituala.

***Discipolul*:** Este vorba de a stii care dintre cele doua puncte de vedere este corect:
1. Centrul experientelor spirituale este situat între sprâncene.
2. El este situat în zona pieptului.

***Maestrul*:** daca doriti sa va daruiti unei practici spirituale va veti concentra între

sprâncene. Veti realiza atunci Bhavana (contemplarea imaginativa a mentalului). Starea suprema (Anubhava) sau realizarea cu care va identificati complet si în care vi se resoarbe întreaga individualitate, transcende mentalul. Atunci nu mai exista nici un centru care sa vi se para distinct si separat.

***Discipolul*:** As vrea sa va pun o întrebare în termeni usor diferiti. Locul dintre sprâncene poate fi considerat sediu al sinelui?

***Maestrul*:** Dumneavoastra acceptati Sinele ca sursa ultima a Constiintei, care subzista fara schimbare în cele trei stari ale mentalului. Admiteti acest lucru. Dar priviti ce se întâmpla cu o persoana în meditatie care se lasa stapânita de somn. Primul semn al acestei toropeli este urmatorul: capul începe sa cada spre piept. Acest fenomen nu ar putea sa se produca daca Sinele ar fi fost situat între sprâncene sau în orice alta parte a capului. În timpul somnului profund, experienta Sinelui nu este resimtita între sprâncene. Deci, nu am putea considera acest centru ca fiind sediul Sinelui fara a accepta în acelasi timp faptul ca acesta din urma îsi abandoneaza din când în când locul sau, ceea ce este absurd. Sadhaka (aspirantul la spiritualitate) poate avea, cu siguranta, experiente la nivelul tuturor centrilor sau chakra asupra carora el îsi concentreaza atentia. Nu este nici un motiv sa concluzionam ca locul particular al acestor experiente ar fi, ipso facto, locul sinelui. Se povesteste o istorie interesanta despre Kamal, fiul sfântului Kabir. Ea arata faptul ca acest cap si locul dintre sprâncene nu poate fi considerat ca sediu al Sinelui. Kabir avea o intensa devotiune fata de Sri Rama. El nu ezita niciodata sa ofere de mâncare celor care aduceau din toata inima lor, slava lui Dumnezeu. Totusi, într-o zi el a constatat ca nu avea suficiente provizii cât ar fi fost nevoie pentru o reuniune a credinciosilor. Nimic nu a putut totusi sa îl opreasca sa pregateasca dinainte masa în dimineata urmatoare. Împreuna cu fiul sau au parasit casa în timpul noptii pentru a face rost de alimente. Se povesteste, ca tatal si fiul au luat toate proviziile unui vânzator printr-o gaura pe care au facut-o în peretele casei acestuia. Apoi, fiul s-a întors pentru a trezi familia vânzatorului si a le spune ca ei au fost pradati, deoarece a anunta acest lucru era pentru el o chestiune de principiu. Din nefericire, atunci când a vrut sa se salveze fugind prin spartura zidului, pentru a-si ajunge tatal care îl astepta la celalalt colt al casei, trupul sau s-a întepenit în acea spartura si i-a fost imposibil sa scape de acolo. Ne vrând sa fie descoperit de urmaritorii sai (deoarece în acest caz i-ar fi fost imposibil sa-i hraneasca pe credinciosi a doua zi), Kamal l-a strigat pe tatal sau cerându-i sa-i taie capul si sa i-l ia cu el, ceea ce acesta a si facut. Kabir a reusit sa fuga cu proviziile furate si cu capul fiului sau, pe care l-a ascuns pentru a nu fi descoperit hotul proviziilor. Dimineata urmatoare, Kabir i-a primit pe credinciosi asa cum fusese stabilit, fara sa se îngrijoreze de loc de evenimentele din noaptea precedenta. „Daca aceasta este vointa lui Rama, si-a zis el, ca fiul meu sa-si piarda viata, asa sa fie!” Seara, el a iesit în ora; în procesiune cu grupul prietenilor lui, pentru a realiza un Bhajana si toate celelalte ritualuri traditionale. În acest timp, vânzatorul caruia i se furasera alimentele, s-a dus sa se plânga regelui si a aratat corpul mutilat al lui Kamal. Dar ce indiciu putea sa-i aduca un corp fara cap? Pentru a descoperii identitatea cadavrului, regele a ordonat sa fie expus într-un loc foarte vizibil al strazii principale în speranta ca cineva va veni sa-l recunoasca sau sa îl ia. Într-adevar, nici un cadavru nu putea fi abandonat fara ca parintii si familia sa sa îl binecuvânteze. Regele spera sa obtina noi informatii de la omul care s-ar fi apropiat si ar fi luat trupul baiatului,

si de aceea el pusese câtiva politisti sa supravegheze acel loc. Kabir si credinciosii, cântând Bhajana au ajuns sa treaca pa strada exact prin locul pe unde se afla corpul lui Kamal. Spre surprinderea tuturor a fost vazut atunci cadavrul ridicându-se si începând sa-si miste mâinile ritmic, marcând masura Bhajanei pe care grupul o cânta. Aceasta istorie dovedeste ca nici capul, nici locul dintre sprâncene nu sunt sediul Sinelui. Totodata s-a remarcat faptul ca daca unui luptator pe câmpul de batalie i se taie capul printr-o lovitura viguroasa de sabie, corpul continua sa se deplaseze si sa-si miste mâinile ca si cum ar continua lupta, înainte de a cadea total lipsit de viata.

***Discipolul*:** Dar corpul lui Kamal era totusi mort de mai multe ore.

***Maestrul*:** Ceea ce numiti moarte nu era pentru Kamal o experienta extraordinara. Iata ce i s-a întâmplat când era înca si mai tânar. În copilaria sa, Kamal a avut un prieten de aceeasi vârsta cu care se juca adesea un joc cu bile. Ei doi au stabilit o regula conform careia cel care a pierdut una sau doua partide trebuie sa se recompenseze dând un gaj. Ei s-au despartit într-o seara rezultatul final fiind o partida în plus în favoarea lui Kamal. Ziua urmatoare, vazând ca prietenul sau nu soseste la întâlnire, Kamal s-a dus la el pentru a-i cere gajul. Acolo, o imagine teribila îl astepta. Prietenul sau era întins pe un pat iar familia plângea lânga el. „Ce s-a întâmplat?” Întreba Kamal. „El s-a jucat cu mine aseara si îmi datoreaza un gaj”. Parintii si-au amplificat plânsul spunând ca copilul a murit. „Nu!” A spus Kamal. „El nu este mort. El doar se preface ca sa nu-mi plateasca gajul pe care mi-l datoreaza.” Membrii familiei au protestat, cerându-i lui Kamal sa constate singur ca nefericitul copil era mort si avea corpul teapan si rece. „Pura comedie”, a spus Kamal. „Voi afirmati ca trupul lui este teapan si rece?” Ce dovedeste aceasta? Si eu pot face acest lucru. Spunând astfel, el s-a întins lânga prietenul sau si într-o clipa a devenit teapan si rece ca un mort. Saracii oameni, care pâna atunci plânsesera moartea propriului lor copil, au început, plini de uimire si suferinta, sa plânga de asemenea moartea lui Kamal. Dar dintr-o data Kamal se ridica si spune: „Vedeti! Am fost mort” asa cum spuneti voi. Totusi, iata-ma din nou viu, plin de forta si ardoare. În acelasi fel, încearca si el sa ma pacaleasca, dar eu nu-l voi lasa sa o faca, caci eu nu cred în comedia asta a lui.” În final, sfintenia inerenta a lui Kamal a readus viata copilului mort care i-a platit gajul pe care îl datora. Morala acestei povestiri este ca moartea nu înseamna distrugerea Sinelui. Relatiile sinelui cu corpul nu sunt limitate la nastere si moarte. Locul sau în corpul fizic nu are nici o legatura cu experientele resimtite într-un loc particular, ca de exemplu locul dintre sprâncene: aceste experiente sunt datorate, într-adevar, practicii lui Dhyana asupra acestui centru. Starea suprema a constiintei de Sine nu este niciodata absenta. Ea transcende cele trei stari ale mentalului, ea transcende viata si moartea.

***Discipolul*:** Deoarece Sri Bhagavan a declarat ca Sinele poate sa fie resimtit în oricare din centri de forta, desi locul sau este în Inima, nu ar fi posibil, gratie practicii lui Dhyana asupra centrului dintre sprâncene, ca tocmai acest centru sa devina locul Sinelui?

***Maestrul*:** Atâta vreme cât este vorba de o etapa în practica concentrarii, în care ne fixam atentia asupra unui loc determinat, orice consideratie despre locul sinelui nu poate fi

decât o teorie. Voi va gânditi ca sunteti subiectul, cel care vede. Locul în care se concentreaza atentia voastra devine obiectul care este vazut. Este deci vorba despre ceea ce se numeste pur si simplu Bhavana(ideatie). Atunci, când din contra, deveniti Martorul, va absorbiti în Sine si nu sunteti decât una cu El. Aceasta este Inima.

Discipolul**:** Trebuie sa practicam neaparat concentrarea asupra locului dintre sprâncene?

Maestrul**:** Atunci când se practica Dhyana, oricare ar fi ea, obiectul asupra caruia sadhaka îsi fixeaza mintea, înceteaza sa mai existe si sa fie distinct de subiect. Subiectul si obiectul devine Sinele unic, Inima. Practica concentrarii asupra centrului dintre sprâncene este o Sadhana ca oricare alta. Pe durata concentrarii gândurile sunt disciplinate eficient. Si iata motivul: orice gând reprezinta o activitate extrovertita a mentalului. El constituie o consecinta directa a” vederii” fizice sau mentale. Totodata trebuie sa notam ca aceasta Sadhana speciala, care consta în fixarea atentiei între sprâncene, trebuie însotita de Japa; într-adevar, (în ordinea importantei organelor de simt), ceea ce vine imediat dupa ochiul fizic este urechea fizica, fie pentru a disciplina fie, din contra, pentru a dispersa mentalul. Tot astfel, dupa ochiul mentalului(cu alte cuvinte, vizualizarea mentala a obiectului) urmeaza urechea mentalului (cu alte cuvinte, articularea si ascultarea mentala a cuvântului) care este cea mai importanta pentru a disciplina si a reîntari mentalul, sau pentru a-l distrage si, prin urmare, pentru a-i disipa fortele. Atunci când va fixati ochiul mentalului asupra unui centru, de exemplu centrul dintre sprâncene, trebuie sa practicati totodata articularea mentala a unui Nama (nume) sau a unei Mantra. Daca nu, veti pierde cu rapiditate din vedere obiectul concentrarii. Sadhana, asa cum a fost descrisa, conduce la identificarea numelui, verbului, sinelui – oricare ar fi termenul folosit – cu centrul ales pentru a ne realiza Dhyana. Cât despre Realizarea Ultima, aceasta este Constiinta pura, Sinele, Inima.

Discipolul**:** De ce Sri Bhagavan nu ne da anumite indicatii privind practica concentrarii asupra vreunui centru anume sau Chakra?

Maestrul**:** Yoga-Sutras desemneaza sahasrara în zona crestetului, ca fiind sediul Sinelui. Purusha Sukta declara ca este Inima. Pentru a-i permite unui sadhaka sa nu fie mereu supus îndoielilor mereu posibile, îl sfatuiesc sa simta „firul conducator” al lui „Eu” sau al lui ‚Eu sunt” si sa-l urmeze pâna ajunge la sursa sa. Eu îl sfatuiesc astfel deoarece, în primul rând este imposibil pentru oricine sa aiba cea mai mica îndoiala asupra notiunii de eu, în al doilea rând, oricare ar fi Sadhana adoptata, scopul final este realizarea sursei lui „Eu sunt”, care, formeaza chiar premizele experientei voastre. Daca, prin urmare, veti practica Atma Vichara veti ajunge la Inima care este Sinele.

cautarea sinelui

Discipolul: Cum putem realiza Sinele?

Maestrul: Sinele cui? Gaseste-l!

Discipolul: Al meu, dar cine sunt eu?

Maestrul: Gaseste-te pe tine însuti!

Discipolul: Nu stiu cum sa fac acest lucru.

Maestrul: Este suficient sa reflectezi la aceasta întrebare: Cine spune: "Eu nu stiu"? Cine este "Eu' în aceasta întrebare? Cine este cel care este necunoscut?

Discipolul: Cineva sau ceva din mine.

Maestrul: Cine este acel cineva? În interiorul cui?

Discipolul: Acesta este probabil un fel de putere.

Maestrul: Gaseste-o!

Discipolul: Pentru ce m-am nascut?

Maestrul: Cine este nascut? Raspunsul este acelasi pentru toate întrebarile.

Discipolul: Atunci, cine sunt eu?

Maestrul: (surâzând) Ai venit pentru a ma face sa trec un examen? Tu trebuie sa spui cine esti.

Discipolul: Chiar daca as încerca de mii de ori nu cred ca as putea ajunge sa percep acest "Eu". Nu-mi este perceptibil în mod clar.

Maestrul: Cine declara ca "Eu" nu este perceptibil? Exista doi "Eu" în tine în care unul nu îl discerne pe celalalt?

Discipolul: În loc sa caut "Cine sunt eu" as putea sa-mi pun întrebarea: "Cine sunteti dumneavoastra?". Mintea mea s-ar putea fixa atunci asupra dumneavoastra, caci eu va consider ca fiind Dumnezeu, sub forma *Guru-lui*. As putea fi astfel mai aproape de scopul meu focalizându-ma asupra acestei cautari decât sa ma întreb "Cine sunt eu?".

Maestrul: Oricare ar fi forma cautarii tale, vei fi în final obligat sa ajungi la un "Eu" unic, la Sine. Toate distinctiile care se stabilesc între "Eu" si "voi", între Maestru si discipol, etc., sunt simple semne ale ignorantei. "Eul' suprem este singurul care exista. A gândi altfel înseamna a ne crea iluzii. Exista în *Purana* povestea înteleptului Ribhu si a discipolului Nidagha. Ea este foarte instructiva.

Ribhu a transmis discipolului sau Adevarul Suprem al lui *Brahman* (Supremul Absolut) Unic, fara egal. Totusi, în pofida eruditiei si inteligentei sale, Nidagha nu a simtit în el convingerea ca el ar fi facut pentru a adopta si a urma calea *Jnana* (Cunoasterii). El s-a întors în satul sau natal pentru a-si dedica întreaga viata respectarii regulilor morale si religiei rituale.

Dar înteleptul îsi iubea discipolul tot atât de mult cât acesta din urma îsi venera maestrul. În ciuda vârstei sale înaintate, Ribhu se hotarî sa mearga în satul lui Nidagha pentru asi gasi discipolul si a vedea pâna la ce punct a reusit acesta, în urma învataturilor primite, sa transcenda ritualismul religios. Înteleptul s-a deghizat pentru a vedea cu proprii sai ochi felul în care Nidagha se comporta atunci când nu stia ca este observat de maestrul sau. Într-o zi, Ribhu, deghizat în taran, si-a întâlnit discipolul care tocmai privea cu atentie o procesiune regala. Fara a fi recunoscut de Nidagha, taranul a întrebat de ce este atâta agitatie. I s-a raspuns ca trecea regele.

- "O, este regele! Este în fata procesiunii!"
- "Dar unde este?" A întrebat taranul.
- "Acolo, pe elefant" i-a raspuns Nidagha.
- "Spuneti ca regele este pe elefant. Da, îi vad pe amândoi, a raspuns taranul. Dar care este regele si care elefantul?"
- "Ce!" A exclamat Nidagha. "Îi vedeti pe amândoi dar nu stiti ca omul care este deasupra este regele si animalul de dedesubt este elefantul? Înseamna ca îmi pierd timpul vorbind cu un asemenea om!"
- "Va rog nu va pierdeti rabdarea cu un ignorant ca mine, l-a rugat taranul. Ati spus deasupra si dedesubt. Ce vreti sa spuneti cu aceasta?"
Nidagha nu a mai putut suporta:
- "Vedeti regele si elefantul, unul deasupra si celalalt dedesubt si vreti totusi sa stiti ce semnifica "deasupra' si "dedesubt!" A exclamat el. daca lucrurile pe care le vedeti si cuvintele pe care le rostesc nu va ajuta deloc, doar actiunea va putea sa va învete câte ceva. Aplecati-va si veti vedea!"

taranul s-a supus. Nidagha s-a suit pe umerii sai si i-a spus: "'Acum veti întelege. Eu sunt deasupra, ca regele; tu esti dedesubt, ca elefantul. Acum este clar?"

- "Nu, nu înca" a raspuns taranul linistit. "Spuneti ca sunteti "deasupra" ca regele si ca eu sunt "dedesubt" ca elefantul. "Regele", "elefantul", "deasupra", "dedesubt" pâna aici este clar. Dar vreti sa îmi explicati ce întelegeti prin "Eu" si "Tu"?"

Atunci când Nidagha s-a gasit brusc confruntat cu o problema atât de importanta, care consta în a defini pe "tu" în raport cu "eu", în mintea sa s-a facut lumina. El s-a aruncat imediat la pamânt si a cazut la picioarele maestrului sau spunând: "Cine, daca nu Ribhu, venerabilul meu maestru, ar putea smulge astfel mintea mea de la aceasta existenta fizica dezvelita de profunzime, pentru a o aduce la Existenta adevarata a Sinelui? O, maestre binevoitor, îti implor binecuvântarea!"

Deoarece scopul vostru consta în a transcende fara întârziere, gratie lui *Atma-Vichara*,

zadarnicia acestei existente fizice, cum puteti justifica aceste distinctii între "tu" si "eu", care apartin corpului? Atunci când va directionati mintea catre interior pentru a cauta aici sursa gândurilor, unde este "tu" si unde este "eu"? Trebuie mai întâi sa cautati pentru a deveni în final Sinele. El cuprinde în el însusi toate fenomenele.

Discipolul: Dar nu este ciudat faptul ca "Eu-l" trebuie sa caute" Eu-l"? Cautarea prin intermediul întrebarii "Cine sunt eu"? nu reprezinta la urma urmelor o formula goala? Sau este necesar sa-mi pun aceasta întrebare la nesfârsit, repetând-o ca o Mantra?

Maestrul: Cautarea Sinelui cu siguranta nu implica o formula goala. Este mai mult decât repetarea oricarei Mantra. Daca cercetarea interioara bazata pe întrebarea Cine sunt eu? ar fi fost o simpla investigatie mentala, ea n-ar fi avut o valoare prea mare. Scopul cautarii Sinelui prin intermediul acestei întrebari consta în a focaliza întregul mental asupra Sursei sale. Deci nu este vorba despre un "Eu". În final, Cautarea Sinelui înseamna mult mai mult decât o formula goala, deoarece ea implica o activitate intensa a întregului mental pentru ca el sa ramâna fixat asupra purei Constiinte a Sinelui.

Cautarea Sinelui este singura metoda directa pentru a realiza Existenta neconditionata si absoluta care sunteti voi cu adevarat.

Discipolul: De ce cautarea Sinelui prin intermediul acestei întrebari este considerata singura metoda directa ce conduce la *Jnana*?

Maestrul: Deoarece toate felurile de *Sadhana*, cu exceptia celei a lui *Atma-Vichara*, presupun sa pastram mentalul ca suport al *Sadhanei* însasi. Fara mental, nici o Sadhana nu poate sa fie practicata în afara de cea despre care vorbeam.

Ego-ul poate lua forme diferite din ce în ce mai rafinate pe masura ce avansam în practica spirituala, dar el niciodata nu este distrus.

Atunci când Janaka (un stravechi rege întelept, ce reprezinta pentru *Vede* un ideal, acela al armonizarii dintre starea de eliberare si eficacitate sociala) a exclamat: "Acum am descoperit hotul care nu a încetat sa actioneze pentru a ma ruina! El va fi imediat executat!", el facea aluzie la ego, la mental.

Discipolul: Dar hotul poate fi perceput la fel de bine si prin alte *Sadhana*.

Maestrul: A încerca sa distrugi ego-ul sau mentalul prin alte *Sadhana* decât *Atma-Vichara*, este ca si cum hotul s-ar deghiza în politist pentru a prinde hotul, adica pe el însusi. Doar *Atma-Vichara* poate revela adevarul ca nici ego-ul si nici mentalul nu exista. Doar aceasta permite sa realizam Existenta pura nediferentiata: Sinele, Absolutul.

Fiind realizat Sinele, nu mai ramâne nimic de cunoscut, deoarece acesta este fericirea perfecta, este Totul.

Discipolul: În aceasta viata plina de limitari, as putea realiza eu vreodata fericirea Sinelui?

Maestrul: Aceasta fericire a Sinelui este mereu cu tine si o vei gasi si tu singur daca o vei cauta cu ardoare. Cauza suferintei nu se gaseste în viata exterioara. Ea este în tine si se gaseste în ego. Tu îti creezi limite tie însuti si apoi începi o lupta fara speranta pentru a le transcende. Toate suferintele sunt datorate egou-lui. Durerile apar din cauza sa. La ce ar fi de folos sa atribui evenimentelor vietii cauza acestei suferinte care se afla în mod real în tine? Ce bucurie ati putea gasi în lucrurile exterioare voua? si chiar daca ati obtine-o, cât timp ar putea dura ea? Daca negati ego-ul si îl transformati în cenusa negându-i existenta, veti fi liberi. Daca îl acceptati va va impune limitari si va veti lansa într-o lupta inutila pentru a le transcende. În acest fel hotul a încercat sa-l "ruineze" pe regele Janaka. A fi Sinele, care este adevarata voastra natura, este singurul mijloc de a realiza beatitudinea, binele vostru etern.

Discipolul: Deoarece nu am realizat acest adevar, ca doar Sinele exista, n-ar fi mai bine sa adopt *Bakti Marga* (*Marga*- cale) si *Yoga Marga*, ca fiind mai potrivite scopurilor *Sadhanei* decât *Vichara Marga*? Realizarea fiintei noastre absolute, adica a lui Brahma Jnana (cunoasterea lui Brahman, Supremul Absolut) nu ar fi imposibil de atins pentru un om obisnuit ca mine?

Maestrul: Brahma Jnana nu este o cunoastere pe care s-o dobândesti si care sa-ti dea bucuria atunci când ai dobândit-o. Acesta este un punct de vedere fals, care va trebui abandonat. Aceasta presupunere ignoranta va produce chinuri fara sfârsit ca în cazul celor zece prosti care se lamentau pentru "pierderea" celui de al zecelea tovaras care nu fusese niciodata pierdut. De unde apare în aceasta parabola cel de al zecelea om? S-a pierdut el vreodata? Întelegând ca el a fost întotdeauna acolo, exista ceva nou de cunoscut? Cauza tristetii lor nu se afla în pierderea unuia dintre ei ci în propria lor ignoranta, cu alte cuvinte în presupunerea lor ca unul dintre ei se înecase, desi le era imposibil sa stie care, deoarece ei nu numarasera decât noua persoane. Tot astfel este si cazul tau. Nu exista în realitate nici un motiv pentru care sa fi trist sau nenorocit. Tu însuti impui limitari propriei tale naturi de fiinta infinita si apoi tot tu te plângi pentru ca nu esti decât o creatura finita. În acel moment realizezi o *Sadhana* sau o alta pentru a elimina aceste limitari care de fapt nu exista. Dar daca *Sadhana* ta admite existenta lor, cum te va ajuta ea sa transcenzi aceste limitari? De aceea eu îti spun ca trebuie sa cauti ceea ce esti cu adevarat - fiinta pura, infinita, Sinele Absolut. Esti mereu Sinele si numai el. Prin urmare, nu poti sa ignori în mod real niciodata Sinele; ignoranta ta este fara fundament, ca cea a celor zece nefericiti care îsi plângeau tovarasul. Ea este cea care îi facea sa sufere. Deci adevarata cunoastere nu va crea pentru tine o noua fiinta. Ea va aboli pur si simplu "ignoranta ta ignoranta". Fericirea nu este adaugata naturii tale. Ea nu face decât sa se reveleze ca fiind starea ta adevarata, naturala, eterna si de nesfârsit. Singurul mod de a te elibera de suferinta consta în a cunoaste si a fi Sinele. Cum ar putea fi aceasta în afara ta?

cunoasterea sinelui

Invocatie

1. Daca Realitatea Ultima nu ar fi în noi, s-ar putea ajunge la cunoasterea fiintei Divine? Eliberata de orice gând, Realitatea Ultima salasluieste în Inima, fiind sursa tuturor gândurilor. O numim deci Inima. Cum am putea s-o contemplam? A ramâne mereu în Inima înseamna a O contempla.
2. Cei care manifesta o teama intensa fata de moarte, cauta refugiul la picioarele Divinului care este dincolo de moarte si nastere. Atunci, acesti oameni fiind morti fata de ei însisi (fata de aspectele inferioare ale egoului si fata de orice posesiune), cum ar putea sa mai fie afectati de gândul mortii? Ei sunt nemuritori, caci Sinele este etern.

- Din perceptia reala a lumii decurge acceptarea unui principiu primordial unic, cu puteri nelimitate. Imagini având nume si forme, spectatorul si ecranul pe care acesta priveste imaginile, cât si lumina gratie careia el vede, toate acestea sunt doar El Însusi - Principiul Unic.
- Toate religiile postuleaza trei principii de baza: lumea, individul si Dumnezeu. În toate acestea trei, doar Realitatea Suprema Unica se manifesta. Poti spune: "Acestea trei sunt în mod real trei principii distincte" doar atât timp cât egoul subzista. Dar, transcenzând egoul limitat iluzoriu si traind starea iluminatorie de întelegere a naturii noastre reale ultime, în care egoul dispare, realizam starea perfecta în care totul ne apare ca fiind Unicul, Realitatea Suprema.
- Cât este de folositor pentru noi sa ne întrebam daca lumea este reala sau este doar o simpla aparenta iluzorie, daca lumea este constienta sau nu, daca este bucurie sau durere?
- În starea în care abandonam punctul de vedere limitat, ridicându-ne deasupra lumii, recunoastem Divinul si abandonam orice notiune de unitate sau dualitate, de Sine sau de ego. Daca Sinele ar avea forma, în mod corespunzator, lumea si Dumnezeu ar parea, de asemenea, ca au forma; daca Sinele ar fi fara forma, cine ar mai putea sa vada forma lui Dumnezeu si a lumii, si cum? Fara ochi poate fi vazut un obiect? Sinele atotvazator este Ochiu, iar acest Ochi este ochiul Infinitului.
- Corpul este o forma compusa din cinci învelisuri, deci toate cele cinci învelisuri sunt implicate în notiunea de corp. Poate exista lumea separata de corp? Fara corp, a putut vedea cineva lumea?
- Lumea nu este nimic altceva decât o manifestare obiectiva de conceptii conditionate de cele cinci organe de simt. Deoarece prin intermediul acestor cinci organe de simt un mental unic concepe existenta lumii, lumea nu este nimic altceva decât acest mental. În afara mentalului, ar putea exista lumea?
- Desi lumea si cunoasterea sa ramân, rasar si dispar împreuna, totusi lumea nu poate fi perceputa decât prin intermediul cunoasterii mentalului. Doar perfectiunea în care lumea si cunoasterea se nasc si dispar, care straluceste fara sa rasara si sa apuna, este Realitatea Ultima.

- Oricare ar fi numele si forma sub care este adorat Divinul, acestea nu sunt decât mijloace de a-L realiza dincolo de nume si forma. Adevarata Realizare este doar aceea prin care Sinele individual se recunoaste în Divin, atingând pecea si realizând identitatea cu El.
- Dualitatea subiect-obiect si triada observator-observatie-observat nu pot exista decât fiind sustinute de Realitatea Unica. Daca ne întoarcem catre interior în cautarea acestei Realitati Ultime, toate celelalte aspecte dispar. Cei care vad aceasta, sunt cei ce cunosc întelepciunea. Niciodata ei nu sunt supusi dualitatii.
- Cunoasterea obisnuita este mereu însotita de ignoranta, iar ignoranta este însotita de cunoasterea obisnuita limitata; singura adevarata Cunoastere este cea prin care este cunoscut Sinele. El poate fi realizat cautând sa întelegem ceea ce înglobeaza cunoasterea si ignoranta.
- A cunoaste tot restul fara a-ti cunoaste Sinele esenta individua, deci fara a cunoaste Cunoscatorul însusi, nu este oare o dovada a ignorantei?
  Atunci când este cunoscut Sinele, care este substratul cunoasterii obisnuite si al ignorantei, cunoasterea obisnuita si ignoranta dispar.
- Adevarata Cunoastere este doar aceea în care nu este nici cunoastere obisnuita, nici ignoranta. Ceea ce este cunoscut în mod obisnuit nu este Cunoastere adevarata. Doar Sinele straluceste si nu exista nimic altceva de cunoscut decât Sinele. El singur este Cunoasterea. El nu este vid.
- Sinele, care este Cunoastere adevarata, este Realitatea Unica; cunoasterea multiplicitatii este o falsa cunoastere. Nici chiar aceasta falsa cunoastere, care este de fapt ignoranta, nu poate exista ea însasi separata de Sine, care este Adevarata Cunoastere. Varietatea ornamentelor din aur este ireala deoarece nici unul dintre ele nu poate exista fara aurul din care toate sunt facute.
- Daca vorbim la persoana întâi, se manifesta, de asemenea, si persoana a doua si a treia. Daca cautam natura reala a persoanei întâi si o recunoastem, atunci pierderea notiunii de "eu" antreneaza pierderea notiunii de "tu" si "el". Starea care rezulta, ce straluceste în Divin, este starea naturala a fiecaruia, este Sinele.
- Trecutul si viitorul nu pot exista decât în raport cuprezentul. De altfel, atunci când ele însele se manifesta, nu sunt altceva decât prezent.
  A dori sa determini natura trecutului si a viitorului ignorând prezentul în sine este echivalent cu a vrea sa numeri fara a cunoaste numarul unu care exprima începutul.
- Ce ar deveni fara noi timpul si spatiul? Daca ne identificam cu corpul, vom fi supusi timpului si spatiului, dar suntem noi oare corpul? Noi suntem Unicul, neschimbat acum, atunci si pentru totdeauna, aici, acolo si pretutindeni. Prin urmare noi suntem Sinele pur, dincolo de timp si spatiu.
- Pentru cei care nu au realizat Sinele, ca si pentru cei care L-au realizat, cuvântul "eu" se refera la corp. Însa pentru cei care nu au realizat Sinele, cuvântul "eu" se limiteaza la corp, în timp ce pentru cei care au realizat Sinele, care cuprinde si patrunde si corpul, cuvântul "eu" straluceste precum Sinele nelimitat.
- Pentru cei care nu au realizat Sinele, ca si pentru cei care L-au realizat, Adevarul este limitat la forma acestei lumi, în timp ce pentru cei care L-au realizat, Adevarul straluceste în perfectiunea fara forma care este însusi substratul lumii. Acestea sunt toate diferentele între ei.

- Numai cei care nu cunosc sursa ultima a destinului si a liberului arbitru discuta, dorind sa afle care dintre ele actioneaza asupra celuilalt. Cei care cunosc Sinele ca sursa unica a destinului si a liberului arbitru, sunt eliberati de acestea doua. Cum ar mai putea ei sa se lase prinsi într-o discutie privind aceste probleme?
- Cel care Îl vede pe Dumnezeu fara a vedea Sinele, nu vede decât o imagine mentala. Cel care vede Sinele, Îl vede pe Dumnezeu. Cel care, anihilându-si complet simtul egoului, vede Sinele, L-a gasit pe Dumnezeu deoarece Sinele nu exista separat de Dumnezeu.
- Care este semnificatia reala a scrierilor sacre ce afirma ca daca ai cunoscut Sinele, L-ai cunoscut pe Dumnezeu? Cum poate fi cunoscut propriul Sine? si, deoarece suntem o fiinta unica, daca nu ar putea fi cunoscut Sinele, cum ar putea fi cunoscut Dumnezeu? De aceea trebuie sa-I devenim ofranda daruita în sacrificiu.
- Divinul ilumineaza mentalul si straluceste în interiorul acestuia. În afara de orientarea spre interior a mentalului si fixarea lui continua asupra Divinului, nu exista alt mijloc de a-L cunoaste pe Dumnezeu cu ajutorul mentalului.
- Nu corpul este cel care se numeste "Eu". Nimeni nu poate sustine ca în starea de somn profund, "Eu" înceteaza sa mai existe. Acolo de unde acest "Eu" îsi are izvorul, tot restul îsi are izvorul. Cerceteti cu luciditate mentala locul din care acest "Eu" izvoraste.
- Nu corpul fizic este cel care se autodenumeste "Eu", si nici Realitatea Suprema a Constiintei (care fiind absoluta nu se manifesta). Între cele doua, la limita corpului fizic, ceva izvoraste în calitate de "Eu". Acest ceva este cunoscut sub numele de CHIT-JADA-GRANTHI (nodul dintre Constiinta si materie inerta) fiind numit totodata si suflet, corp subtil, ego, SAMSARA, mental si asa mai departe.
- El se manifesta fiind asociat unei forme si se mentine atâta timp cât mai exista o forma. Având forma, el se hraneste si creste. Dar daca îl cercetam cu atentie, acest fals spirit, care nu are forma proprie, îsi abandoneaza stapânirea sa asupra formei si se dizolva.
- Daca egoul exista, tot restul exista de asemenea. Daca egoul nu exista, nimic altceva nu exista în experienta empirica. Cu siguranta, egoul este totul în experimentarea lumi. Deci a cauta ceea ce este acest ego reprezinta fundamentul renuntarii la tot.
- Starea în care sentimentul egoului nu izvoraste este starea reala de existenta. Fara cautarea si atingerea acestei stari de neizvorâre a sentimentului de "eu", cum s-ar putea obtine starea de anihilare a individualitatii, de unde sentimentul de "eu" nu mai poate reveni? Fara aceasta realizare, cum poate fi atinsa adevarata stare a fiintei, în care este realizata identitatea cu Sinele?
- Precum un om care se scufunda pentru a cauta o comoara ascunsa în apa, tot astfel trebuie sa ne scufundam în noi însine cu ajutorul unui mental focalizat si lucid, controlându-ne suflul si cuvântul, pentru a gasi loculde origine a sentimentului de "eu".
- Singura cautare care conduce la Realizarea Sinelui consta în a întelege sursa setimentului de "eu", cu ajutorul unui mental interiorizat si fara a pronunta cuvântul "eu". Meditatia asupra ideii" eu nu sunt acesta, "eu sunt Acela" poate fi un ajutor în cautare, dar nu poate fi cautarea însasi.

- Daca nu punem mental întrebarea "Cine sunt eu?", eul individual se va narui, confuz, în momentul în care este atinsa Inima spirituala si imediat Realitatea Ultima se manifesta spontan sub aspectul "Eu-Eu". Dar desi ea se reveleaza sub aspectul de "Eu", aceasta nu este egoul, ci Fiinta perfecta, Sinele Absolut.
- Ce ar mai ramâne de realizat pentru cel care, dupa ce si-a dizolvat egoul, este cufundat în beatitudinea Sinelui? Constiinta sa este în Sine si în nimic altceva. Cine ar putea sa înteleaga aceasta stare?
- Desi scrierile sacre afirma "Acela esti tu", a medita asupra ideii "Eu sunt Acela si nu acesta" nu este decât un semn de slabiciune mentala, deoarece noi suntem etern Acela, Sinele. Tot ceea ce avem de facut este de a cauta Sinele care este ceea ce exista cu adevarat, Martorul.
- Este, de asemenea, la fel de absurd a spune "Eu nu am realizat Sinele" ca si a spune "Eu am realizat Sinele". Ar putea exista doi "Sine", din care unul (Sinele) sa fie obiectul realizarii celuilalt (cel care afirma "Eu")? Adevarul accesibil experientei spirituale a fiecaruia este ca nu exista decât un singur Sine.
- Din cauza iluziei nascute din ignoranta, oamenii, în loc sa recunoasca si sa realizeze plenar Sinele, care este întotdeauna si pentru toti Realitatea inerenta dominând prin propria sa natura în centrul Inimii, cauta sa afle daca el exista, daca el are o forma sau nu sau daca este dual sau nondual.
- A cauta si a te stabili în Realitatea Ultima care este Realizarea eterna, este singura Realizare. Toate celelalte realizari (SIDDHIS) sunt asemanatoare cu cele care se deruleaza în vis. Ar putea ele sa apara reale celui care s-a trezit din somn? Ar putea ele sa îi însele pe cei care au atins Realitatea Ultima si s-au eliberat de MAYA (iluzie)?
- Doar în cazul în care survine ideea "eu sunt corpul", meditatia asupra ideii " eu nu sunt acesta, eu sunt Acela" ne poate ajuta sa ramânem detasati de corp. De ce trebuie noi sa gândim mereu "eu sunt Acela"? Este necesar pentru un om sa întretina ideea "eu sunt un om"? De fapt, nu suntem noi întotdeauna Acela?
- Afirmatiile: "dualitatea în curs de a fi cucerita, nondualitatea în afara Realitatii Ultime" sunt la fel de false. Atunci când se realizeaza o cercetare (în dualitate), ca si atunci când a fost gasit Sinele, cine altul realizeaza aceasta, daca nu "cel de-al zeceea om"?
  Aceasta face aluzie la o povestire traditionala despre un grup de zece prosti care plecasera într-o calatorie. La un moment dat ei au trecut un râu si dupa ce au ajuns pe celalalt mal, au vrut sa se convinga ca trecusera toti cu bine. Fiecare a început sa numere membrii grupului, dar fiecare i-a numarat pe ceilalti noua si a uitat sa se numere pe sine însusi. Gândind ca cel de-al zecelea om s-a înecat, au început sa-l plânga. Tocmai în acel moment trecea pe acolo un calator care i-a întrebat ce se întâmplase. El si-a dat seama imediat de cauza greselii lor si pentru a-i convinge ca nu s-a petrecut nimic rau, i-a pus sa treaca prin fata lui si le-a dat, fiecaruia în parte, câte o lovitura în momentul în care treceau, cerându-le sa numere loviturile.
- Atâta timp cât omul actioneaza atasat, el recolteaza de asemenea fructele actiunilor sale, dar atunci când el realizeaza Sinele, cautând sa înteleaga cine este cel care actioneaza cu adevarat, simtul sau de a fi cel care actioneaza dispare si tripla KARMA este terminata. Aceasta este starea de eterna eliberare.

- Atâta timp cât omul se considera legat, gândurile de înlantuire si eliberare persista. Cautând ceea ce este legat se realizeaza Sinele etern, desavârsit si liber. Când ideea de înlantuire înceteaza, ar mai putea sa subziste ideea de eliberare?
- Daca se spune ca eliberarea este de trei feluri, cu forma, fara forma, sau cu si fara forma, atunci lasati-ma sa va spun ca anularea acestor trei forme de eliberare este singura, adevarata Eliberare.

anubandham

Invocatie

1. "Acela în care toate aceste lumi se odihnesc, Acela din care ele sunt facute, Acela care le proiecteaza, Acela pentru care ele exista, Acela din cauza caruia ele apar în existenta si Acela care este ceea ce ele sunt în mod real - Acela singur este cel Real, Adevarat. Acela este comoara din Inima."

- Prezenta în preajma înteleptilor care au realizat adevarul ne elibereaza de atasamentele simturilor; aceste atasamente, odata disparute, sunt distruse la rândul lor atasamentele mentalului; cei la care atasamentele mentalului sunt de asemenea distruse devin unul cu Acela (Sinele) care este imuabil. Ei ating eliberarea în aceasta viata. Pretuiti tovarasia unor asemenea întelepti.
- Aceasta Stare Suprema, obtinuta aici si acum prin prezenta în preajma înteleptilor si prin meditatie profunda proprie cautarii Sinelui în Inima, nu poate fi obtinuta cu ajutorul unui profesor obisnuit, sau prin cunoasterea scrierilor sfinte nici prin actiuni merituoase si nici prin orice alt mijloc.
- Daca ne aflam în preajma înteleptilor si asimilam în mod direct învatatura lor, la ce ne-ar mai putea folosi diferitele discipline individuale? Spuneti-mi ce rost mai are un evantai atunci când sufla vântul dulce si proaspat din sud.
- Agitatia mentala si excitatia corporala sunt calmate prin influenta lunii. Mizeria si suferinta sunt eliminate cu ajutorul arborelui KALPAKA(1); pacatele sunt spalate prin îmbaierea în apele sacre ale Gangelui. Însa toate aceste nenorociri sunt eliminate dintr-o data prin simplul DARSHAN (învataturi orale) al unui Întelept fara egal.
  (1) - KALPAKA = arbore celest care acorda toate favorurile solicitate spontan prin rugaciune.
- Nici apa sfânta a locurilor de pelerinaj, nici icoanele si reprezentarile divine facute din pamânt sau piatra nu ar putea fi comparate cu privirea plina de gratie a înteleptului. Acestea nu purifica decât dupa un timp îndelungat, pe când simpla privire a unui întelept este suficienta pentru a realiza spontan purificarea.
- Discipolul: Cine este Dumnezeu?
  Maestrul: Cel care cunoaste mentalul.
  Discipolul: Mentalul meu este cunoscut de Spiritul meu?
  Maestrul: Deoarece SHRUTIS-urile (scrierile sacre) afirma: "Cunoscatorul e Unul", tu (în calitate de cunoscator al mentalului) esti cu adevarat Dumnezeu.

- Maestrul: Cine este dupa parerea ta, cel ce aduce lumina?
  Discipolul: Soarele este lumina zilei, lampa este lumina noptii.
  Maestrul: Care este lumina care percepe aceasta lumina?
  Discipolul: Ochiul.
  Maestrul: Care este lumina care lumineaza ochiul?
  Discipolul: Aceasta lumina este intelectul (BUDDHI).
  Maestrul: Care este lumina care cunoaste intelectul?
  Discipolul: Acesta este Eul Suprem (Sinele).
  Maestrul: (Deci) tu esti Lumina suprema a (tuturor) luminilor.
  Discipolul: Eu sunt Acela (Sinele) (TAT TVAM ASI).

- În interiorul Inimii straluceste numai BRAHMAN Unicul, în calitate de "Eu - Eu", ATMAN, constient de El Însusi. Realizati aceasta stare de fuziune constanta în Sine, intrând în Inima fie printr-o absorbire profunda în interior, prin intermediul cautarii de Sine, fie printr-o cufundare în mental, realizata prin intermediul controlului respiratiei.(2)
  (2)- Aceasta strofa a fost scrisa în urmatoarele circumstante deosebite: În tineretea sa, discipolul Sri Jagadvesa Shastri l-a vizitat pe Bhagavan Ramana Maharshi în pestera de la Virupal si a vrut sa rezume învataturile lui Sri Ramana în câteva versuri esentiale în limba sanskrita. El a început sa scrie primele trei cuvinte: "hridaya kuhata maage", dar nu a mai putut continua si lasând foaia de hârtie îndoita într-o carte pe locul lui Bhagavan Ramana, a plecat sa faca o baie. La antoarcere el a gasit întreaga strofa scrisa de Bhagavan.
- Pura si inalterabila constiinta a Sinelui în Inima este Cunoasterea care, prin distrugerea Ego-ului, confera Eliberarea.
- Corpul este inert precum un vas de argila. Deoarece el nu are constiinta lui "eu" si deoarce în starea de somn profund, fara corp (adica atunci când nu exista constiinta corpului fizic), noi traim experienta starii noastre turale, corpul nu poate fi "eu-l". Atunci cine determina simtul "eu-lui"? De unde provine el? Celor care cauta astfel si care, ajungând sa cunoasca, se cufunda în Sine, Stapânul Shiva Arunachala El însusi îi rasplateste sub forma constiintei Divine a lui "eu sunt Acela", stabilita în lacasul inimii.
- Cine este nascut? Sa stiti ca este nascut cu adevarat doar acela care cautând prin intermediul întrebarii: "de unde sunt eu nascut?" se naste în sursa propriei sale fiinte. Înteleptul Suprem se naste în el pentru eternitate, si atunci fiinta se naste în fiecare zi si-n fiecare clipa.
- Eliminati ideea "eu sunt acest corp neînsemnat". Meditati si realizati Sinele care este beatitudine eterna. A încerca sa cunosti Sinele atasându-te totodata de corp, este ca si cum ai lua un crocodil drept pluta pentru a traversa un rîu.
- Actele de caritate si penitenta, devotiunea, yoga, maretia Cunoasterii, esenta, aspiratia, pacea, adevarul, gratia, tacerea, Starea Suprema, "moartea fara moarte", cunoasterea, renuntarea, eliberarea si beatitudinea, sa stiti ca toate sunt sinonime desprinderii de constiinta ideii "eu sunt corpul".
- Singura cale eficienta pentru KARMA, BHAKTI, YOGA si JNANA este aceea de a cauta cine este cel care are o KARMA (actiune), o VIBHAKTI (lipsa de

devotiune), o VIYOGA (separare) si o AJNANA (ignoranta). Prin intermediul acestei investigatii, egoul dispare si starea de permanenta cufundare în Sine, în care nici una dintre aceste atribute negative nu a existat vreodata, subzista în calitate de Adevar.

- Exista oameni ignoranti care neîntelegând ca ei însisi sunt sustinuti prin Puterea Divina, încearca sa obtina toate puterile supranaturale fara a se gândi la Divin. Ei sunt precum cei schiopi care spun: "Îmi voi putea învinge dusmanul daca o sa existe cineva care sa ma ajute sa stau în picioare."
- Deoarece atunci când este realizata eliberarea, pacea mentala devine permanenta, cum ar putea cei care îsi ataseaza mentalul de puterile paranormale - care sunt atinse doar printr-o activitate mentala- cum ar putea acestia sa se topeasca în beatitudinea eliberarii, care face sa înceteze agitatia mentala?
- Dumnezeu poarta povara lumii. Sa stiti ca egoul efemer care pretinde ca poarta aceasta povara este precum un personaj sculptat la intrarea unui templu care pare ca îi suporta greutatea. A cui poate fi greseala daca un calator, în loc sa-si puna bagajul în masinas care este facuta pentru a purta greutatea, îl plaseaza pe propriul sau corp, simtindu-i el singur greutatea?
- Între cei doi sâni, sub zona pieptului, deasupra abdomenului, exista 6 puncte de culori diferite. Dintre acestea, unul seamana cu un boboc de crin si se gaseste la doua degete departare de zona centrala, spre dreapta. Aceasta este Inima.(3)
  (3) - aceasta nu se refera la organul musculos situat în stânga, ci la centrul Inimii Spirituale, aflat în partea dreapta a pieptului.
- Ea este rasturnata, iar în interior exista o gaura minuscula în care se afla în mod constant un întuneric fara fund, precum si tendintele latente, etc. Aici se gaseste suportul întregului sistem nervos. Acesta este locul fortelor vitale ale mentalului si al luminii constiintei.
- Aceasta Divinitate ce straluceste în calitate de "Eu" în lacasul Inimii Lotus este adorata ca fiind Stapânul GUHESA. Atunci când, gratie unei practici intensive, BHAVANA (adica a fi în armonie cu Acela (cu Sinele), ideea "eu sunt El", adica "eu sunt acest GUHESA", este atât de ferm stabilita încât notiunea de eu este profund înradacinata în minte si atunci când se ramâne în permanenta în fuziune cu însasi aceasta divinitate, ea elimina în consecinta ignoranta, cu alte cuvinte ideea "eu sunt corpul trecator" este disipata precum întunericul în fata Soarelui ce rasare.
- "Spune-mi despre ceea ce este descris ca Inima a tuturor oamenilor din aceasta lume, în care, ca într-o mare oglinda, acest întreg Univers este perceput prin reflexie", l-a întrebet într-o zi RAMA pe înteleptul VASISHTA. Acesta din urma i-a raspuns: "Dupa o adânca cercetare de Sine, cei întelepti au spus ca Inima la toate fiintele umane este dubla."
- "Asculta si întelege caracteristicile celor doua Inimi, una trebuind sa fie retinuta si cealalta eliminata în practica spirituala. Organul numit "inima" care este situat într-un loc special în regiunea pieptului din corpul fizic trebuie eliminat. Inima care are forma Cunoasterii absolute trebuie sa fie retinuta. Existând atât în interior cât si în afra, Ea este dincolo de aspectele intern si extern."
- "Singura aceea este Inima Suprema si în Ea exista toata aceasta lume. Ea este oglinda tuturor obiectelor si locul tuturor bogatiilor. De aici provine cunoasterea

pentru toate fiintele vii si doar aceasta cunoastere este considerata a fi Inima. Aceasta nu este o parte a corpului trecator care este insensibil precum o piatra la aspectele ultime."

- "Deci distrugerea tendintelor latente ale mentalului are loc spontan, ca efect al eforturilor realizate pentru a topi egoul în Inima Puritatii Perfecte si a Cunoasterii Absolute, eforturi conjugate la aspectele ultime."
- "Ramânând continuu în Inima prin intermediul meditatiei asupra ideii "Eu sunt stapânul SHIVA care este Pura Cunoastere, libera de orice limitare calitativa", se elimina, O, Mare Erou RAGHAVA toate atasamentele egoului."
- "Cercetând cu detasare cele trei stari (de vege, vis si somn profund) si stând neclintit în Inima ta în starea Suprema, care este deasupra lor, fiind eliberat de iluzie, joaca-ti rolul în lume, o erou RAGHAVA! Tu ai gasit în Inima ceea ce este substratul real care apare apoi în lume sub toate aparentele. Deci, fara a abandona vreodata acest punct de vedere, joaca-ti rolul în lume asa cum îti va place."
- "Precum cel care mimeaza entuziasmul si fericirea, excitarea si ura, precum cel care se preface ca ia o initiativa si simuleaza efortul, tot astfel joaca-ti rolul în lume, o, erou RAGHAVA!"
- Cel care si-a cucerit simturile prin starea de întelepciune este singurul adevarat JNANI, ferm stabilit în cunoasterea de sine. Numiti-l Foc al Cunoasterii, Stapân al Luminii Cunoasterii si Eroul care a învins Moartea.
- Sa stiti ca stralucirea, inteligenta si forta se dezvolta prin ele însele la cei care au realizat Adevarul, la fel cum frumusetea si lumina împodobesc natura odata cu venirea primaverii.
- Mentalul care este eliberat de tendintele latente nu este în mod real angajat în manifestare, chiar daca el realizeaza actiuni, la fel ca persoanele care asculta o poveste în timp ce mentalul le umbla aiurea. Mentalul care este subjugat de tendintele latente este în mod real angajat în manifestare, chiar daca el nu realizeaza actiuni, precum o persoana care în vis ascensioneaza un munte si cade într-o prapastie, desi corpul sau ramâne imobil în pat.
- Pentru JNANI (eliberat) care este detasat de corpul grosier, starile de activitate, de somn si de SAMADHI nu semnifica altceva decât înaintarea, oprirea si deshamarea calului unei carute pentru calatorul care este adormit în ea.
- A Patra Stare, care este dincolo de cele trei stari, este singura Realitate. Ea este cunoscuta ca fiind starea transcendenta de "somn constient". Cele trei stari aparente nu exista în mod real, dar sa stiti ca cea de-a patra, transcenzându-le, este Realul Absolut.
- A spune ca SANCHITA (KARMA acumulata în trecut si care trebuie sa fie consumata în viitor) si AGAMI (KARMA acumulata în prezent si care trebuie sa fie consumata în existentele viitoare) nu pot fi acumulate de JNANI, dar ca PRARABDHA (KARMA care se acumuleaza în viata prezenta) se ataseaza totusi de el nu este decât o afirmatie pur formala, un raspuns la o întrebare pusa de cei ignoranti. Sa stiti ca tot astfel cum, dupa moartea sotului, nici una dintre sotiile sale nu se poate sa nu fie vaduva, tot astfel, dupa distrugerea agentului, nici una dintre cele trei KARMAS-uri nu poate subzista ca atare.
- Pentru barbatii cu o slaba putere de întelegere, femeia, copiii si celelalte constituie familia. Sa stiti ca tot astfel pentru intelectuali exista o familie în mentalul lor

formata din nenumaratele carti si cunostinte care reprezinta de fapt un obstacol în Yoga.

- La ce-ar folosi stiinta celor care nu încearca sa descifreze (literele) destinului(4) prin întrebarea: "De unde provine nasterea noastra, a noastra - cei care nu ne cunoastem destinul?" Ei au decazut la nivelul unei masini vorbitoare. Ce altceva ar putea fi ei, O, ARUNACHALA?
  (4)Aceasta afirmatie evoca conceptia conform careia literele destinului unui om sunt scrise pe fruntea sa. A sterge literele înseamna a transcende destinul sau KARMA proprie.
- Cei care nu sunt instruiti ating Realizarea Ultima mai repede decât cei al caror ego nu a disparut, în pofida stiintei lor. Cei inculti sunt salvati de actiunea implacabila a demonului infatuarii; ei nu sunt prinsi în cursa spre îmbogatire. Aceasta înseamna pentru ei mai mult decât înlaturarea unei mari nenorociri.
- Chiar daca ar renunta la lumea întreaga si ar dobândi întreaga cunoastere, i-ar fi foarte greu sa se elibereze celui care este cazut sub dominatia acestei josnice prostituate care este lingusirea.
- Ce altceva poate exista în afara de Sine, fara a ne îndeparta de aceasta stare si fara (a ne individualiza) vreodata pentru a ne diferentia de altii? Ce importanta are daca ceilalti vorbesc despre noi? Ce conteaza daca esti laudat sau denigrat?
- Pastreaza în inima simtul nondualitatii, dar nu-l exprima niciodata în actiune. O, fiule, simtul nondualitatii poata sa se aplice celor trei lumi, dar sa stii ca în raport cu maestrul nu va trebui sa fie niciodata trait.
- Într-adevar, eu afirm chintesenta concluziilor proclamate de filosofia VEDANTA, cu alte cuvinte: când egoul este distrus, el devine Acela si atunci ramâne doar Sinele, sub forma Constiintei Absolute.